

## Livsviktig information

Rev 1.0

### När hjärtat stannar börjar kampen mot tiden.

Plötsligt hjärtstopp är idag den vanligaste dödsorsaken i Sverige. Varje år dör ca 12.000 människor av hjärtstopp utanför sjukhusvården, ca en människa i timmen. Orsaken är tiden, vår kropp klarar inte av att vara utan våra vitala funktioner mer än några minuter. Inom 3 minuter bör hjärtstartaren vara på plats, sedan minskar möjligheterna till överlevnad drastiskt.

### Idag överlever endast ca 5% av alla som drabbas.

Den huvudsakliga orsaken till den otroligt låga överlevnaden är tiden. Det tar för lång tid för ambulans att komma till den nödställda och påbörja återupplivande insatser med en hjärtstartare. Med en tillgänglig hjärtstartare på offentliga anläggningar och företag kommer överlevnaden öka enormt. 75% av alla hjärtstopp går att behandla med en hjärtstartare – det är många liv. Med kunskap om detta inser vi snabbt – vi har inte råd att vänta på ambulans.....

**Kedjan som räddar liv. Tidigt larm – Tidig start av HLR – Tidig användning av hjärtstartare – Kvalitativ eftervård på sjukhus.** För att klara kedjan och rädda liv måste vi ha utbildning i HLR och tillgång till en egen hjärtstartare.

**Plötsligt hjärtstopp, vad är det?** Vi kallar det ofta för hjärtstopp. Sanningen är att hjärtat inte stannat, det befinner sig i ett elektriskt kaos och pumpar inte längre som det ska, hjärtat fibrillerar. För att få hjärtat att slå normalt igen måste man tillföra en elektrisk stöt med en defibrillator, en sk. Hjärtstartare. Hjärtat "startar om" och återfår sin funktion.

**Vad menas med HLR?** HLR betyder hjärt- lungräddning. Kompressioner över bröstkorgen för blodcirkulation och inblåsningar för att tillföra syre genom sk. mun-munmetod. HLR är mycket viktigt att påbörja tidigt och att den utförs kraftfullt. För att hjärtstartaren ska fungera bra krävs ett bra förarbete med HLR för att bl.a. tömma hjärtat på blod då hjärtat själv inte kan pumpa bort det.



Hjärtstartare i väggskåp



**Vad är en Hjärtstartare / Defibrillator?** Hjärtstartaren har funnits inom sjukvården under lång tid. De senaste åren har det kommit små användarvänliga apparater för **icke** sjukvårdsutbildade personer. Apparaterna ger instruktioner till hjälparna för att utföra HLR. Apparaten analyserar sedan patientens hjärtrytm och rekommenderar om elstöt ska ges eller ej. Hjärtstartaren är intelligent och det går inte att skjuta ström i någon som inte behöver det. Hjärtstartarna räddar liv!

**Vem kan använda hjärtstartaren?** Hjärtstartaren / defibrillatorn **kan vem som helst använda**. Det finns inga krav idag på utbildning. Dock bör man utbilda sig på hjärtstartaren, det tar bara några timmar. Detta för att säkert använda apparaten och det viktigaste, skaffa mental förberedelse och trygget att **VÅGA** ingripa när någon i din omgivning drabbas.

Kontakta oss! Vi har verktygen för att skapa en modern trygg arbetsplats.

