Hjärtstartare kan rädda liv

Vi har en hjärtstartare (AED) som hänger på en vägg i entréhallen, precis utanför dörren till damernas omklädningsrum. Vår AED är svenskspråkig och mycket lättanvänd, gjord för att personer som aldrig har råkat ut för en situation där någon får ett hjärtstopp, ska kunna utföra en livräddande insats. Det kan vara läskigt att gripa in men om ingen annan gör det, måste du göra det. En person med hjärtstopp avlider inom 10 minuter men du kan göra hela skillnaden.

Börja med att kolla att patienten inte bara tuppat av. Okontaktbar och avsaknad av andning är tillräcklig indikation för hjärtstopp. Engagera personer omkring dig. Nån ringer 112 (sätt på högtalaren och lägg telefonen där ni är, larmoperatören kommer att ge råd), nån startar hjärtkompression, nån hämtar AED, nån går ut för att visa in ambulansen (om patienten är i spelhallen kan det vara lämpligt att öppna garagedörren på långsidan). Det behövs två personer som byts av för att utföra hjärtkompression plus en för inblåsningar (inblåsningar är inte helt nödvändigt, hjärtkompression är det viktiga). AEDn ger takten för hjärtkompressionerna och talar också om ifall kompressionerna inte är tillräckligt kraftiga. Brötstbenet ska tryckas ner c:a 5cm. Hjärtkompression kan inte få igång hjärtat igen men det upprätthåller en viss blodcirkulation så det är livsviktigt för patienten. AEDn däremot, kan få igång hjärtat. AEDnär enkel att använda och säker.

På AEDn hänger en liten sjukvårdsväska. Den innehåller:

- en sax för att klippa upp kläderna

- en rakhyvel. Elektroderna ska helst sitta på bar och torr hud

- en andningsmask

- vinylhandskar

- en torklapp

Läs bruksanvisningen och instruktionsvideon som finns länkade, gärna en gång per år för att hålla det aktuellt.

