

# HLR VID DRUNKNING

## Djupt vatten



Starta livräddning omedelbart och be någon annan larma 112 om möjligt



Kontrollera livstecken



Skapa fri luftväg och ge 10 inblåsningar

## Grunt vatten



Starta livräddning omedelbart och be någon annan larma 112 om möjligt



Kontrollera livstecken

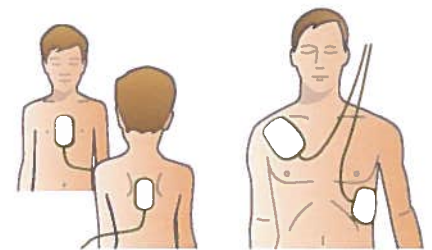


Skapa fri luftväg och ge 5 inblåsningar så snart du står stadigt på botten



### RÄDDA TILL LAND

Saknas tydliga livstecken starta HLR omedelbart. Växla mellan 30 kompressioner och 2 inblåsningar. Be någon hämta hjärtstartaren och försäkra dig om att 112 är larmat.



Placering av elektroder på barn och vuxen

### Öka överlevnadschansen vid drunkning

**Skapa en öppen luftväg** genom att böja huvudet bakåt tills det tar stopp. Håll för näsborrarna och gör försiktiga inblåsningar så att bröstkorgen höjer sig lite grann. Titta noga att bröstkorgen höjer sig vid varje inblåsning och att du verkligen får ner luft i lungorna.

**Gör kompressioner med hög kvalitet** genom att trycka ihop bröstkorgen ca 5 – 6 cm och göra ca 2 kompressioner per sekund. Fortsätt med HLR utan avbrott. Den enda gången du ska avbryta är om personen vaknar upp och visar tydliga livstecken.

**Använd hjärtstartaren effektivt** genom att torka av bröstkorgen innan du fäster elektroderna. Se till att personen inte ligger i direkt kontakt med vatten. För att elektroderna ska fästa ordentligt ska du raka bort eventuellt hår på bröstkorgen med rakhyveln som finns i hjärtstartarväskan.

**Kom ihåg att tänka på din egen säkerhet.** Om den nödstälde sjunker ner i vattnet, memorera platsen.

När 112 är larmat be någon möta upp räddningspersonalen och visa vägen.

**Extratips:** Gå in på [Hjartochlungraedning.se](http://Hjartochlungraedning.se) och ladda ner gratis utbildningsmaterial för HLR.

Följer svenska HLR-rådets riktlinjer för 2012

**Hjartochlungraedning.se**