

# BASAL HLR - VOKSNE

## Tegn til liv?

Kontroller bevissthet



### Hvis...

Hvis pasienten reagerer:  
-Overvåk.  
Skaff hjelp om nødvendig.

### Hvordan...

Rist forsiktig.  
Rop høyt på hjelp.

Kontroller pust  
med åpen luftvei



Hvis pasienten puster normalt:  
1. Kontroller pusten i 1 min.  
2. Legg han på siden hvis han fortsatt puster normalt.  
Ring 1-1-3.  
Kontroller pusten hyppig.

Start HLR hvis han slutter å puste normalt.

Åpne luftveien ved å bøye hodet bakover og løfte haka fram. Se, lytt og føl etter pust i inntil 10 sek.

## Skaff hjelp



## Start HLR

30:2



Hvis hjertestansen skyldes oksygenmangel, bør du gi fem innblåsninger før du starter HLR 30:2.

Hvis du ikke vil gi innblåsninger, eller ikke får det til, gi i alle fall brystkompresjoner fortløpende.

30 brystkompresjoner  
Trykk 4-5 cm dypt  
Frekvens 100/min.

2 innblåsninger  
Blås bare til brystkassen hever seg.

Fortsett med 30:2 runder til  
- du får hjelp  
- pasienten puster normalt  
- du er nødt for å hvile.