

# Hjärt-lungräddning vid drunkning

1

Ropa på hjälp, larma  
Tänk på din egen säkerhet



Medvetslös med ingen eller onormal andning?



Hjälp är på väg.  
Jag hjälper dig  
med HLR.

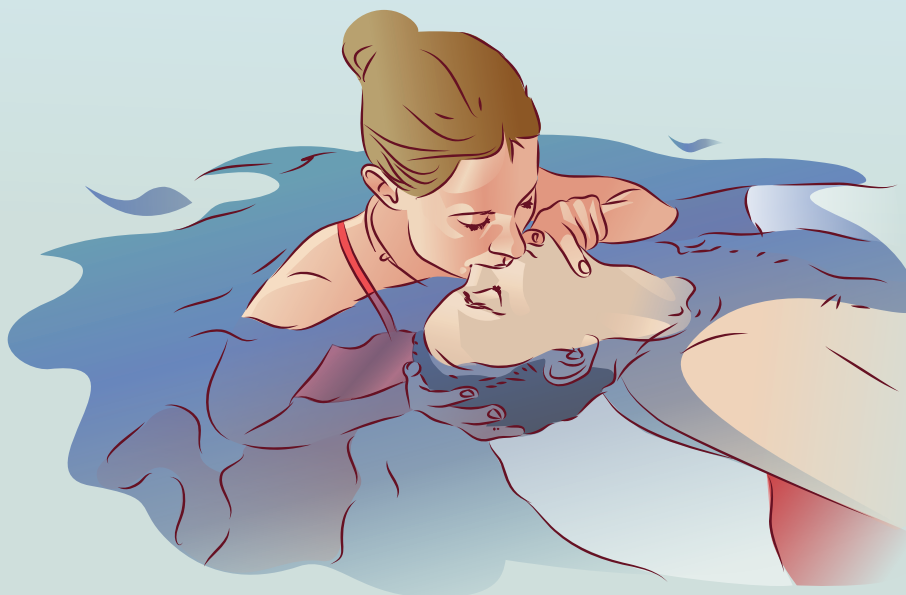
2

Öppna luftvägen  
Om möjligt ge 10 inblåsningar i vattnet

Behåll kontakten med  
larmoperatören tills  
ambulanspersonal  
tar över.



På grunt vatten



Med livboj



Med räddningsbräda

3

Rädda till land  
Ge 5 inblåsningar, starta HLR 30:2  
Använd hjärtstartare om tillgänglig



## HANDLINGSPLAN DRUNKNING

Vid drunkning uppstår en livshotande syrebrist efter att ha andats vatten, människor i närheten spelar en avgörande roll för överlevnad. I kallt (<6°C) vatten rekommenderas att HLR påbörjas upp till 90 minuter efter att personen hamnat under ytan, i vatten >6°C, upp till 60 minuter. Inled alltid HLR med 5 inblåsningar på både barn och vuxna.

## INBLÅSNINGAR I VATTEN FÖR UTBILDADE LIVRÄDDARE

Tänk på din egen säkerhet vid livräddning, larma 112 först. Inblåsningar i vatten (mun till mun eller mun till näsa) gör störst nytta de första minuterna och bör enbart ske av utbildad livräddare, som säkrat nödställd vid flythjälpmiddel. På djupt vatten, värdera möjligheten att rädda personen in till land, fortsatt annars inblåsningar i vattnet om hjälp är i omedelbar närhet.

## HLR PÅ BÅT/BRYGGA/LAND/IS

Personen behöver ej flyttas från fuktigt underlag. Inled med 5 inblåsningar som ges under ca 2 sekunder vardera med högre luftvägstryck än normalt tills bröstkorgen höjer sig. Bortse från att det kommer vätska och skum ur luftvägarna. Torka bröstkorgen torr innan användande av hjärtstartare och fortsatt med HLR utan avbrott tills personen vaknar eller insatspersonal tar över.

För att hitta närmaste hjärtstartare se  
[hjärtstartarregistret.se](http://hjärtstartarregistret.se)