

## Nya riktlinjer för HLR 2011

Var femte år uppdateras riktlinjerna för hjärt- och lungräddning (HLR) internationellt och i Sverige. I år är det dags igen. Det forskningen om HLR har kommit fram till, som ska förbättra överlevnaden vid hjärtstopp, kan sammanfattas ”bättre kompressioner med minsta möjliga uppehåll”.

Årets förändringar i korthet:

- Ingen pulskontroll: vid en stressad hjärtstoppssituation är det svårt och osäkert att kontrollera pulsen och det kan ta tid från de livräddande hjärtkompressionerna. Därför vid ”livlös patient utan eller med onormal andning” ska HLR startas.
- Bättre hjärtkompressioner: fortsatt gäller att utbildade livräddare ska ge 30 hjärtkompressioner följt av 2 inblåsningar. Kompressionerna ska vara djupare än tidigare (5–6 cm mot 4–5 cm) och snabbare (100–120/min mot 100). Uppehåll för analys och defibrillering ska minimeras. Allt för att cirkulationen till hjärta och hjärna ska bli så bra som möjligt.
- Snabb defibrillering: alla patienter på sjukhus ska kunna defibrilleras inom 3 minuter (inom 1 minut på övervakade avdelningar). Defibrilleringen ska genomföras med minsta möjliga uppehåll i kompressionerna.
- Ny pedagogik: All sjukvårdspersonal ska utbildas i S-HLR (HLR inom sjukvården) minst en gång per år. Nya utbildningen bygger på självstudier – man läser in kursboken och svarar på frågor via internet. När man är godkänd tar man med ett intyg från internet till utbildningen. Detta gör att den instruktörsledda utbildningen koncentreras till praktisk övning och teamträning.
- Icke sjukvårdspersonal ska utbildas i grundläggande HLR ”Vuxen HLR med hjärtstartare”

För att genomföra de riktlinjer som finns krävs en organisation för regelbunden träning/utbildning. Varje enhet ska ha en instruktör och kursböcker i S-HLR. (Små enheter kan ha ordna det tillsammans). Har din enhet ingen instruktör – utse någon på enheten, som får gå instruktörsutbildning. Kontakta KTC för instruktörsutbildning.

De enheter som inte kan nås inom 3 minuter av larmgrupp (från IVA) eller ambulans måste ha egen defibrillator, för att möjliggöra snabb defibrillering.

Med kunnig, samövad personal och rätt utrustning ska fler liv kunna räddas.

Lars Grahnström  
HLR-ansvarig

