

## Månadsmöte med HRL-information

2023-09-13

Text och foto: T. Ahlsén

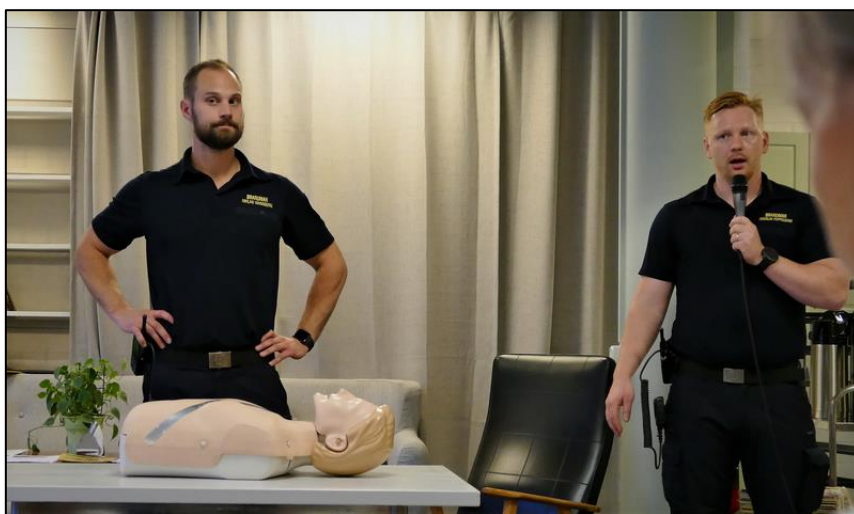
---

För tre och ett halvt år sedan lärde vår medlem Ulla Björklund oss en massa om hur man går till väga för att utföra hjärt- och lungräddning (HLR) på en vuxen person med och utan hjärtstartare. Den här dagen var det dags igen, men nu var det två trevliga representanter från räddningstjänsten som stod för informationen till oss 30 församlade medlemmar.

Men innan dess blev det fika med gott tilltugg producerat av Caféet Torget 4. Under tiden fick vi höra Cecilia Johansson från kommunens *Förebyggande enhet för äldre* informera om den kommande Äldremässan/Alzheimerdagen, mm.



Cecilia



*Så kom två av kommunens hjältar fram och packade upp en medhavd helnaken, halvdan docka samt en hjärtstartare vilka de placerade på ett bord.*

Observera att det som skrivs här nedan angående hjärt-och lungräddning bara är en summarisk återgivning. [Klicka här för utförliga instruktioner från Röda Korset.](#)

Det första man gör om man hittar en vuxen person som verkar medvetslös är att kontrollera andningen. Om personen inte är kontaktbar, men andas, lägger man personen i framstupa sidoläge för att åstadkomma fria luftvägar. Vid utebliven andning, som kan bero på hjärtstopp, ringer man 112 och påbörjar HLR med 30 hjärtkompressioner och 2 inblåsningar tills ambulans kommer. Finns hjärtstartare startar man den och följer dess anvisningar med bild och ljud.

Klick på länken ovan för att se hur HRL utförs på barn.



*Kontrollera om personen är kontaktbar.*



*Undersök om personen andas.*



*Efter att ha ringt 112 startar man hjärtkompression och luftinblåsning. De två självhäftande elektroderna placeras i enlighet med hjärtstartarens tydliga ljud- och bildanvisningar. Efter en eller flera elstötar återvänder vår docka "till livet".*



*Ulla Björklund, medlem och pensionerad sjuksköterska, informerade om höstens vaccinationer mot Covid, influensa och lunginflammation.*

Martin Normark redogjorde för återstående planerade aktiviteter fram till årsskiftet.

Mötet avslutades med lotteri där viner, rosenbukett och svenska jordgubbar var uppskattade vinster.