

HLR-RÅDETS REKOMMENDATIONER OM HJÄRTSTARTARE

[Svenska rådet för hjärt-lungräddning](#) uppmanar till spridning av hjärtstartare i samhället och ökad användning. I dokumentet ges råd vid inköp av hjärtstartare, placering av hjärtstartare i samhället, utbildningsnivå samt riktlinjer för standarden hjärtsäker zon.

Varje år drabbas cirka 6000 personer i Sverige av hjärtstopp utanför sjukhus. Vid ett plötsligt hjärtstopp uppstår ett elektriskt kaos i hjärtat som medför att pumpförmågan upphör och att blodtillförseln till kroppen avstannar. Behandling med hjärtstartare i form av strömstöt (defibrillering) kan återställa hjärtats normala rytm och är den viktigaste faktorn för överlevnad. Vetenskapliga studier visar att 7 av 10 kan överleva om behandling med hjärt-lungräddning (HLR) och defibrillering startas snabbt.

En hjärtstartare kan användas av vem som helst, till vem som helst med misstänkt hjärtstopp (medvetlös med ingen eller onormal andning). En hjärtstartare är enkel att använda, självinstruerande och kan aldrig orsaka skada om användaren följer råden. Utbildning i HLR och användning av hjärtstartare rekommenderas, det ger ökad kunskap och trygghet i en nödsituation.

RÅD VID INKÖP AV HJÄRTSTARTARE

Vänd dig till en etablerad återförsäljare vid inköp av hjärtstartare. Bra att ta i beaktande är följande punkter:

- Registrering av hjärtstartaren bör ske i [Hjärtstartarregistret](#) i samband med inköp. Registrering är kostnadsfri och gör din hjärtstartare synlig för allmänheten och på larmcentralens karta.
- Hjärtstartaren och tillbehör som ska ha godkänt [CE-certifikat](#).
- Röstinstruktioner och bruksanvisning ska vara på svenska.
- Hjärtstartaren ska kunna utföra självkontroller av funktion och larma vid fel samt för batteribyte. Om hjärtstartaren inte fungerar bör man vända sig till leverantören/tillverkaren alternativt till [Läkemedelsverket](#).
- Behöver apparaten anpassas för miljön där den placeras, i uppvärmt skåp t ex?
- Se över driftsekonomi. Jämför inte bara inköpspris utan även vad utbildning, nya batterier och elektroder kostar.
- Ta reda på hur ni kan beställa nya batterier och elektroder. Leverantören kan informera.

- Det finns trygghetsförsäkring vid nyinköp av hjärtstartare som ersätter vid stöld, sabotage, tappskador och återställning efter hjärtstoppbehandling. Fråga din leverantör.
- Vilken garantitid gäller? Vilken support och service erbjuds av leverantören över längre tid? Hjärtstartaren bör kunna uppdatera mjukvaran om riktlinjer för HLR-behandling ändras.
- Vid inköp av hjärtstartare rekommenderas kompletterande HLR-utbildning. Det är viktigt att regelbundet repetera HLR och känna till apparaten som man förväntas använda i en hjärtstoppssituation.
- Helautomatiska hjärtstartare kan f.n. inte rekommenderas på grund av brist på studier gällande säkerhet vid användning.
- Iaktta försiktighet vid inköp av begagnade hjärtstartare på nätet. Dessa är oftast inte kvalitetskontrollerade av leverantör och kan vara stulna.

Ni har gjort en livsviktig investering! Meddela grannar, anställda, kunder och besökare att ni har en hjärtstartare. Då ökar sannolikheten att den används i händelse av ett hjärtstopp.

Checklista vid inköp av hjärtstartare

- ✓ Röstinstruktioner och bruksanvisning på svenska?
- ✓ CE-certifikat?
- ✓ Enkelhet, Driftsäkerhet?
- ✓ Användningsområde/Behov av barnläge/barnelektroder?
- ✓ Totalpris (inköpspris/driftskostnad elektroder/batteri)?
- ✓ Garanti? Hjärtstartarförsäkring? Inköp av nya elektroder? Uppgradering till nya riktlinjer?
- ✓ Utmärkning av hjärtstartare? Placering och synlighet?
- ✓ Registrering i [Hjärtstartarregistret](#)?

PLACERING AV HJÄRTSTARTARE I SAMHÄLLET

HLR-rådet uppmanar till spridning av hjärtstartare i samhället och ser positivt på initiativ för att utrusta bostäder, arbetsplatser, föreningar och offentliga lokaler med hjärtstartare. Forskning visar att platser där många vistas, eller som har en stor genomströmning av människor har en ökad förekomst av hjärtstopp.

Vid placering av hjärtstartare i samhället rekommenderas att:

- **Hjärtstartare placeras på alla platser med ökad risk för hjärtstopp.** Exempel är större arbetsplatser, offentliga förvaltningsbyggnader, buss-, färje- och tågstationer, flygplatser, gym, sim-, och idrottshallar, kongresscentra, hotell, öppenvårdsinrättningar och större affärer/köpcentra.

- **Fler hjärtstartare placeras i tätbefolkade bostadsområden.**
De flesta hjärtstoppen sker i hemmet (70%).
- **Hjärtstartare finns tillgängliga vid större publika evenemang och folksamlingar.** Exempel är större idrottsevenemang, demonstrationer och konserter.
- **Hjärtstartare är tydligt utmärkta med skylt enligt [nationell standard](#).**
- **Hjärtstartare placeras med största möjliga tillgänglighet och synlighet.**
Placera hjärtstartaren så att den är åtkomlig dygnet runt, året runt. Placera om möjligt hjärtstartaren i uppvärmt skåp utomhus för att allmänheten ska kunna nå den i händelse av ett hjärtstopp i närheten.

UTBILDNINGSNIVÅ

HLR-rådet rekommenderar att alla genomgår utbildning i HLR för vuxna och barn samt Första hjälpen. Även skolbarn kan från tidig ålder lära sig att rädda liv. I samtliga utbildningar ingår övning med hjärtstartare.

Vuxen-HLR i samhället riktar sig till alla som vill lära sig Vuxen-HLR.

Barn-HLR i samhället riktar sig till alla som vill lära sig Barn-HLR t.ex. föräldrar, mor- och farföräldrar, personal inom barnomsorg, skola, organiserad första hjälpen-verksamhet, samt räddningstjänst/polis.

Första Hjälpen ger kunskaper i både HLR och hur man som lekman kan ta hand om olika akuta skador och sjukdomstillstånd.

Hjärt-lungräddning för insatspersonal är en utbildning där teamträning och handhavande av hjärtstartare prioriteras för följande grupper:

- de som i sin yrkesroll larmas och förväntas utföra HLR/Första hjälpen och som har tillgång till hjärtstartare. Det är t.ex. säkerhetsvakter, räddningstjänst, poliser, idrottsledare, personal i simhallar och flygpersonal.
- personer med särskilt ansvar för hjärtstartare på arbetsplatser eller publika anläggningar.

HJÄRTSTARTARE OCH FRIVILLIGA LIVRÄDDARE

I flera regioner finns system där frivilliga livräddare larmas av larmcentralen vid misstänkta hjärtstopp för att utföra HLR, eller hämta närmaste hjärtstartare.

För ägare/innehavare av hjärtstartare innebär det:

- Hjärtstartaren kan bli hämtad av frivillig livräddare vid hjärtstoppslarm om den är registrerad som synlig på Hjärtstartaregistrets karta.
- Alla hjärtstartare behöver märkas med ägarens namn, adress och mobiltelefonnummer för att de enkelt ska kunna lämnas tillbaka efter användning.
- Kontrollera att hjärtstartarens öppettider stämmer i Hjärtstartarregistret.

HJÄRTSÄKER ZON

Svenska HLR-rådet har som övergripande mål att defibrillering av hjärtstopp utanför sjukhus ska ske inom 5 minuter. För så kallade hjärtsäkra zoner är kraven högre. För att kvalificeras som hjärtsäker zon krävs bland annat följande:

- Att det finns beredskap och handlingsplan för att kunna hantera ett hjärtstopp (larm till 112, start av HLR, behandling med hjärtstartare).
- Att det finns aktuell kompetens i HLR/Första hjälpen som kan påbörjas omgående.
- Att repetition i HLR/Första hjälpen sker årligen.
- Att all personal vet var hjärtstartaren finns.
- Att rutiner finns för underhåll av hjärtstartare.
- Att behandling med hjärtstartare kan ske inom 3 minuter.
- Att hjärtstartaren är tydligt utmärkt i enligt HLR-rådets rekommendationer.
- Att hjärtstartaren är registrerad i Sveriges Hjärtstartarregister.

Mer information om hjärtstartare:

[HLR-rådet](#)

[Branschrådet för Hjärtstartare i Sverige](#)

[Sveriges Hjärtstartarregister](#)

[Svenska Institutet för Standarder](#)

Svenska HLR-rådets arbetsgrupp HLR för insatspersonal 220217.