

Grundejerforeningens hjertestarter indviet med kursus

På havedagen havde vi endelig fået mulighed for at få indviet vores hjertestarter, og med hjælp fra en repræsentant fra Hjerteforeningen, gav han et kursus for de deltagende. Dette omhandlede netop brugen af denne. Ole Samsing har været sød og tage noter og nedenfor er en overordnet tilgang til hjælpen, og vi har suppleret med link til Hjerteforeningen, og en video der beskriver, hvordan man skal forholde sig til en person der er faldet om.

Vores Hjertestarter er placeret i skabet ved gavlen til nummer 91, og tilgængelig for alle der har brug for den. Oplever man en person der er faldet om, vil man altid skulle alarmere andre så vidt muligt, ringe 1-1-2 – eller få en hjælper til at ringe hvis der er akut brug for hjælp. Nedenfor er en overordnet tilgang til en bevidstløs uden vejrtrækning.

Som udgangspunkt har en person der er bevidstløs og uden vejrtrækning hjertestop. Hertil er hjælpen hjerte-lungeredning:

Hovedtrækkene:

- 1) Hvis en person er faldet om - undersøg først om de er ved bevidsthed (rusk og tal højt)
- 2) Hvis de ikke reagerer – tjek om de har vejrtrækning
 - læg en hånd på maven og føl om den bevæger sig
 - læg øret tæt på mund/næse samtidigt med at du kigger om der er bevægelse af brystkassen

Er der ikke det – RING 1-1-2

Fortæl:

- hvem du er, hvad der er sket og hvor du er

Sæt medhør på telefonen, så alarmcentralen kan følge med samt hjælpe og vejlede. Alarmcentralen vil hermed aktivere "hjerte-løbere" i området, så medmindre du har en hjælper der kan løbe efter hjertestarteren, skal du blive ved personen og starte førstehjælpen (hjertemassage)

Sørg for at den skadede ligger fladt på ryggen og med plads omkring sig. Fjern tøj så hjertemassagen kan påbegyndes.

Knæl ved siden af den tilskadekomne og placer basis af den ene hånd midt på brystkassen og flet fingrene med den anden hånd ovenpå. Hold albuerne strakte og lad din egen vægt trykke ned 30 gange

Prøv om du kan holde et tempo på ca. 100-120 gange i minuttet. (Svarer til rytmen i melodien "Another one Bites the Dust" – eller "Staying Alive")

Dernæst 2 kraftige pust ind i munden, hvorefter proceduren gentages med 30 tryk – 2 pust – 30 tryk

Hvis der tilkommer hjælp, få dem til at løbe efter hjertestarteren – løb kun selv efter den hvis den er indenfor nær rækkevidde.

Fortsæt med hjertemassagen indtil hjertestarteren ankommer, og pak den ud. Tænd for den.

Heri findes 2 elektroder som placeres på brystkassen som anført på elektroderne.

Hjertestarteren fortæller trin for trin hvad du skal gøre – og du kan ikke gøre noget forkert. Den analyserer selv om der er behov for stød og fortæller hvornår der stødes. I det tilfælde skal du fjerne dig fra den tilskadekomne.

Gentag herefter hjertemassagen. Fortsæt hjertemassagen også selvom redningsfolk støder til, de skal nok tage over når deres apparater er klar.

Der er i Danmark omkring 5000 hjertetilfælde hvert år. Heraf overlever kun 10%.

For hvert minut, der går fra Hjertestoppet indtræder til der gives hjertemassage, reduceres personens overlevelseschance med 10%. Så jo hurtigere man går i gang – jo bedre.

Du kan læse mere via dette link, og se videoer af gennemgangen:

<https://hjertereforeningen.dk/det-goer-vi/foerstehjaelp-2/saadan-goer-du/>

Det er også muligt at tilmelde sig Hjerte-løber-ordningen på dette link:

<https://hjestarter.dk/hjerteloerber/bliv-hjerteloerber>