

Hjerte-lunge-redning (HLR)



SimOslo

Simuleringscenteret i Oslo universitetssykehus



Alle ansatte ved sykehuset skal mestre grunnleggende hjerte-lunge-redning(HLR)

Med det mener vi at du må kunne:

- Gjenkjenne hjertestans
- Varsle og alarmere
- Starte hjerte-lunge-redning
- Bruke en enkel hjertestarter(AED)

Dette må øves på i praksis! Under veiledning av en instruktør skal du trene HLR på dukke minimum hvert annet år.

Både HHLR og AHLR består av en teoridel med e-læring og test som skal være bestått før den praktiske delen av kurset.

- Hver klinikk har egne instruktører som vil invitere deg på kurs og praktisk trening. Du kan etterspørre HLR-kurs hos din leder.
- Helsepersonell som jobber i ambulansetjenesten, akuttavdelinger, eller går vakter med ansvar for slike avdelinger, skal i tillegg være opplært og testet i Avansert-HLR. Er du i denne gruppen, skal du trene og sertifiseres årlig.

Alarmering:

73 333

Er nummeret til stansteamet når du er i hovedbygningene ved:

- Aker sykehus
- Radiumhospitalet
- Rikshospitalet
- Ullevål sykehus

Bruk intertelefon for å varsle stansteamet

1-1-3

Er nummeret til AMK som benyttes ved stans:

- I frittstående bygninger på Aker og Ullevål
- Ved alle andre lokalisasjoner i OUS utenfor sykehusområdet

Bruk mobil, slik at du kan være hos pasienten mens du er i kontakt med AMK

Hva gjør du om du finner en person som tilsynelatende er livløs og ikke puster normalt?

Tre tiltak er viktige:

- 1. Tilkall hjelp**
- 2. Start HLR**
- 3. Hent hjertestarter (AED)**

Tiltakene bør skje parallelt. Er du alene, prioriterer du tiltakene i den rekkefølgen som listet over.

HLR-teknikk:



Kompresjoner:

- Finn en god sittestilling nært inntil pasienten
- Stiv av i albue. Komprimer loddrett ned med strake armer
- Ditt tyngdepunkt skal være godt over pasienten
- Plasser håndroten mellom brystvortene på brystbenet
- Komprimer 5-6 cm ned og slipp helt opp igjen. Takten skal være 100 pr.min

Ventileringer:

- Sørg for at pasienten har frie luftveier
- Gi to rolige innblåsing til brystet hever seg

30 kompresjoner : 2 innblåsing – vekselvis

- Ha kortest mulig opphold i kompresjonene
- Fortsett til stansteam eller ambulanspersonell sier de er klare til å overta.

HLR-rådet er en tverrfaglig gruppe som skal gi råd til viseadministrerende direktør for Medisin, helse og utvikling ved OUS, slik at prosedyren for HLR ved sykehuset alltid er oppdatert etter beste tilgjengelige kunnskap.

HLR-rådet i OUS har egen mailadresse: hlrrad@ous-hf.no

Intranettsiden: Stå på hovedsiden til OUS, velg [Organisasjon](#). Videre [Råd og utvalg](#). Det kommer opp en alfabetisk liste. Velg [HLR-rådet](#) og den mappen som er aktuell.

OUS har utarbeidet overordnede retningslinjer for HLR, nivå 1.

Du finner dem i e-Håndbok.

Enhetene oppfordres til å lage egne nivå 2 retningslinjer, hvor det beskrives:

- Hvilket nummer ringer du i din enhet for å alarmere om hjertestans?
- Hva sier du på telefonen når du skal alarmere?
- Hvor er nærmeste defibrillator (AED)?
- Hva har dere av akuttutstyr, og hvor er det?

I Norge er det lovpålagt å registrere det som skjer ved en hjertestans både utenfor og inne på sykehus.

Dokumentasjonen gjøres av deltagerne i hjertestanssituasjonen.

Kopi av dokumentasjonen sendes til en registrar i OUS, som legger dataene inn i vårt lokale kvalitetsregister og i det nasjonale registeret.

<https://www.kvalitetsregistre.no/registers/486/resultater>