

Hjertestarter i Hillevåg

Til alle i Hillevågsveien 8 og i nabobyggene

Vi på RAKOS har kjøpt inn en hjertestarter. Denne henger på veggen utenfor inngangen i Hillevågsveien 8. Hvis noen i området får hjertestans kan den fritt brukes av alle. Det bidrar til å øke tryggheten til oss som oppholder oss i Hillevåg.



Hvem er RAKOS

RAKOS skal utvikle, forene og spre kompetanse for en bedre akuttmedisinsk tjeneste i Helse Vest. Vi er ca. 10 personer i deltidsstilling som holder til i 2. etg. i Hillevågsveien 8. Har du spørsmål, send oss en mail: conrad.bjorshol@sus.no. Du kan også finne mange svar på www.113.no. Her kan du lese om RAKOS: <https://helse-stavanger.no/fag-og-forskning/kompetansetjenester/regionalt-akuttmedisinsk-kompetansesenter-i-helse-vest-rakos>.

Hva er hjertestans?

Hjertestans betyr at hjertet plutselig slutter å slå. Ofte får man brystmerter eller pustevansker på forhånd, men det kan også komme helt plutselig. Symptomet er at noen blir bevisstløse og ikke puster normalt (ofte gispende pust). Hver dag får 10 personer i Norge hjertestans. Med rett hjelp kan flere overleve. Det du gjør de første 10 minuttene er viktigere enn det sykehuset gjør de første 10 dagene etter innleggelsen. Derfor bør du kunne de tre tingene i neste avsnitt.

Hva gjør jeg ved en hjertestans?

Det er tre ting du kan gjøre ved en hjertestans:

1. **Ring 113:** De sender kyndig hjelp, og de veileder deg som innringer.
2. **Start hjerte-lunge-redning (HLR):** 30 raske og dype brystkompresjoner, 2 innblåsninger, og fortsett med 30:2 til du får hjelp.
3. Hvis flere er tilstede: Send noen for å **hente hjertestarteren**.



Hvordan virker en hjertestarter?

Slå den på og gjør som den sier: Lim på to elektroder slik tegningen viser, mens en annen gjør HLR. Hjertestarteren vil deretter analysere hjerterytmen, og den avgjør selv om pasienten trenger strømstøt eller ikke (ikke alle trenger det). Ikke berør pasienten når den sier «ikke rør pasienten». Det er ikke farlig å bruke en hjertestarter hvis man følger instruksjonene, og man får hjelp fra 113.

Her er en video som viser hvordan man bruker en hjertestarter: <https://www.rodekorsforstehjelp.no/rad-og-informasjon/instruksjonsvideoer/informasjonsvideoer-hjertestarter/>



Ill.: www.113.no

Hjelp 113-appen

Vi anbefaler at alle laster ned Hjelp 113-appen (gratis). Hvis du ringer 113 gjennom appen, så får 113 automatisk opp din posisjon.

