|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Elev: | |  |  |
|  |  | |  |  |
|  | Instruktør: | |  |  |
|  |  | |  |  |
|  | **Handlinger** | | **Ja** | **Nej** |
| 1 | Sikkerhed - Viser at der undersøges for potentielle farer for sig selv, personen og omkringstående. | |  |  |
| 2 | Undersøger bevidsthed - Rusker forsigtigt i skuldrene og spørger højt: “Er du OK” (eller tilsvarende relevant) | |  |  |
| 3 | Skab frie luftveje - Bøjer hovedet bagover og løfter hagen. | |  |  |
| 4 | Undersøg vejtrækning **max. 10 sekunder** - Holder luftvejen åben og **ser** om brystkassen bevæger sig, **lytter** ved munden efter åndedræt og **føler** efter udåndningsluft på sin egen kind. | |  |  |
| 5 | Ring 1-1-2 - Forlader om nødvendigt vedkommende og ringer 1-1-2. Oplyser til alarmcentralen **hvor** det er sket (korrekt adresse med bynavn), **hvad** der er sket, **hvem** (hvor mange) der er kommet til skade | |  |  |
| 6 | Hjertemassage - Viser effektiv hjertemassage med 30 (±2) kompressioner (Frekvens 100-120, Trykdybde 5-6 cm, Håndstilling: håndroden midt på brystkassen, minimerer afbrydelser i hjertemassagen) | |  |  |
| 7 | Kunstigt åndedræt - Giver 2 indblæsninger, så brystkassen hæver sig synligt (50 % af det totale antal indblæsninger skal være effektive). Hver indblæsning over max. 1 sek. | |  |  |
| 8 | Hjertemassage og indblæsninger - Giver kompressioner efterfulgt af indblæsninger jf. ovenstående i en kontinuerlig cyklus. **max. 10 sekunders handsofftid** | |  |  |
|  | **AED vurderingsskema** | |  |  |
| I | Undersøger personen - Viser sikker og effektiv undersøgelse af personen i overensstemmelse med HLR-algoritmen. | |  |  |
| II | Tænder AED’en og tager låget af | |  |  |
| III | Påsætter elektroder - Placerer elektroderne korrekt på personens brystkasse |  |  |  |
| IV | Hold afstand - Sørger for at ingen berører personen, mens AED’en analyserer hjerterytmen. Dette omfatter visuel kontrol og verbal kommando: ”alle væk”. | |  |  |
| V | Afgiv stød - viser hurtig og sikker afgivelse af stød. Dette omfatter visuel kontrol og verbal kommando: ”alle væk – der stødes”. | |  |  |
| VI | Følg AED’ens instruktion - Lytter til og følger visuelle og verbale HLR instruktioner fra AED’en | |  |  |
| VII | Minimerer afbrydelserne i hjertemassagen | |  |  |