

# BLÅS FOR Å REDDE LIV!



**HLR med kombinasjon av serier på 30 brystkompresjoner etterfulgt av 2 munn-til-munn innblåsninger kan doble, kanskje tredoble sjansen til å redde liv ved plutselig, uventet hjertestans.**

Standard HLR er den beste metoden for gjenoppliving når det utføres med dype nok kompresjoner, i rett takt og uten for lange pauser for innblåsningene. Dette kan gi 25-30 % av normal blodsirkulasjon og nok oksygen til å holde hjernen og hjertet i live ganske mye lengre enn det man tidligere trodde var mulig. Det gir håp om å få fram en hjertestarter i tide.

Når American Heart Association for noen år siden anbefalte HLR med bare brystkompresjoner "Compressions Only CPR", var det for å øke den svært lave andelen av publikums HLR i USA. Deler av den kulørte pressen i Norge framla dette som om innblåsninger var gammeldags. Det hjalp lite at både European Resuscitation Council (ERC), NRR og Førstehjelpsrådet forsøkte å få fram at kombinasjonen av brystkompresjoner og innblåsninger fortsatt er bedre enn kompresjoner alene.

Hvis noen av ulike grunner ikke kan, ikke vil eller ikke får til å gi HLR med både brystkompresjoner og innblåsninger, så kan kompresjoner alene være bedre enn ingen hjelp, spesielt de første minuttene. Derfor kan det hende at en amk-operatør også i Norge noen ganger vil veilede innringer til bare å gi brystkompresjoner.

i Norge er det heldigvis mange som forsøker å redde liv ved å gi HLR når nødvendig. Vi bryr oss om hverandre. Derfor er det viktig å spre det glade budskapet: at kombinasjonen av brystkompresjoner og innblåsninger er den beste hjelpen du kan gi, og at innblåsninger dessuten er helt nødvendig ved HLR på barn og på alle pasienter som har fått hjertestans pga for lite oksygen i kroppen. Da kan standard HLR alene faktisk noen ganger starte hjertet uten hjelp av en hjertestarter.