

HANDLEDNING TILL FILMEN



Mål: Det här lär man sig av att se filmen

Efter att sett filmen och genomgång av tillhörande frågor ska deltagarna i gruppen veta:

- » Hur man avgör om man ska påbörja hjärt-lungräddning på en vuxen person
- » Hur man gör hjärt-lungräddning på en vuxen person
- » Att man ska larma 112

Faktafrågor

1. Hur gör du för att kontrollera medvetandet?
2. Hur kontrollerar du andningen?
3. Vad ska du göra om personen andas normalt?

Om personen *inte* andas/andas normalt – larma 112 och starta hjärt-lungräddning

4. Hur många kompressioner ska du göra och i vilken takt?
5. Hur gör du kompressioner på en vuxen person?
6. Hur många inblåsningar görs mellan kompressionerna?
7. Hur gör du inblåsningar på en vuxen person?



Diskussionsfrågor

- Fråga gruppen hur de tänker kring att göra hjärt-lungräddning på en person som drabbats av hjärtstopp (tankar, känslor etc.)
- Fråga om det är någon i gruppen som har egna erfarenheter av hjärt-lungräddning. Låt personen berätta om den erfarenheten



Poängtera för gruppen att de inte ska vara rädda för att starta hjärt-lungräddning. Det är bättre att försöka än att inte göra något alls!

Berätta också att det är viktigt att alltid larma 112!

Växla mellan 30 kompressioner och 2 inblåsningar tills ambulansen är på plats!