

## Referat

**Månadsmöte i Malmö-Kirseberg Inner Wheel klubb tisdag 12 februari 2019 på restaurang Gamla Brogatan 12, Malmö.**

Eftersom restaurang Översten nu är stängd sedan årsskiftet, är vår nya möteslokal restaurang Gamla Brogatan. Vi har följt med Marcus, vår krögare på Översten, till hans nya restaurang. Den nya möteslokalen är mycket trevlig.

Efter en GOD måltid lyssnade vi på kvällens program –

**Hjärt- och lungräddning samt demonstration av Hjärtstartare med Yvonne och Roland Falkbjer, Civilförsvaret. Medverkande var även dockan Anne.**

Föredraget och demonstrationen omfattade fyra delar – hantering av **Sätta i halsen, Syrebrist, Hjärtstopp och Hjärtstartare.**

**SÄTTA I HALSEN** – Det är viktigt att hosta för att få loss det som fastnat i hals/luftvägen och täpper till. Är man inte ensam så pröva först med hjälp av buktryck, som är en häftig stöt i magen för att det fastnade genom tryck skall lossna. Är man ensam hemma kan man kasta sig med magen över en soffrygg för en stöt. Om hostan inte går över efter 1-2 timmar så uppsök Akuten för att få hjälp med det fastnade. Vid totalt andningsstopp kan hjärnan ta skada efter syrebrist i 3 minuter.

Vid **SYREBRIST** – gäller inte bara när man sätter i halsen utan vid många andra tillfällen – måste syre införas i kropp och lungor med syreinblåsning genom mun och näsa. Kontrollera att patienten andas. Larma SOS snarast om osäkerhet råder. Är personen medvetslös skall den läggas i framstupa sidoläge, men vändas tillbaka regelbundet för syreinblåsning.

Inträffar **HJÄRTSTOPP** – börja genast med hjärträddning. Med båda handflatorna på varandra över bröstkorgens mitt startas växlande tryckstötter 30 gånger och därefter syreinblåsning 2 ggr långsamt. Detta upprepas till ambulans anländer.

**HJÄRTSTARTARE** blir allt vanligare, utplacerade på platser, där människor rör sig. I en hjärtstartare finns material för att sätta igång med räddning. En röst startar och berättar hur man skall gå tillväga med de olika momenten, under tiden man försöker rädda personen.

Kvällens program gav mycket tydligt viktiga kunskaper om hjärt- och lungräddning. För de som inte kunde delta i mötet och för de som vill ha mer detaljerad information om de olika momenten än referatet ger, rekommenderas att läsa och se en film på internet.

Googla: HLRrådet [www.hir.nu/sa-har-gor-du-vuxen-hir/](http://www.hir.nu/sa-har-gor-du-vuxen-hir/)

*Vid pennan*

*Agneta Abelson*