

# HLR på barn

Gör så här!

0-1 år

1

Kontrollera medvetande

1-18 år



Hjälp!



Hjälp!

2

Medvetslös  
**Larma 112**

Starta högtalarfunktionen



Öppna luftvägen och kontrollera andningen

-Se  
-Lyssna  
-Känn

Ambulans är på väg.  
Starta högtalaren på  
telefonen och lägg  
den bredvid dig.



3

Ingen eller onormal andning

**Ge 5 inblåsningar**

Blås i 1 sekund till bröstkorgen höjer sig



4

Starta HLR

**15 bröstkompressioner och 2 inblåsningar**

Kompressionsdjup:  $\frac{1}{3}$  av bröstkorgen, max 6 cm

Takt: 100-120/min

Fortsätt med 15:2 till  
barnet vaknar eller  
ambulanspersonal tar över.



Om hjärtstartare finns, starta och följ instruktioner

Boka HLR- och  
första hjälpen kurs



Lär dig mer om HLR  
via vår YouTube



Se var närmaste  
hjärtstartare finns



Riktlinjer 2026