

Klipptu út spjöldin og flokkaðu þau til að sýna röð aðgerða við endurlífgun ungbarns 0 – 1 árs.

A 7	Síðan skaltu hnoða 30 sinnum með tveimur fingrum á miðjan brjóstkassann.	B 2	til dæmis með því að slá létt undir iljarnar. Ef barnið bregst ekki við þarf umsvifalaust að...
C 6	að hefja endurlífgun með því að blása munnfylli af lofti 2 - 5 sinnum í barnið (blása í munn og nef).	D 8	Halda áfram að endurlífga barnið með því að hnoða 30 sinnum og blása 2 til skiptis þar til sérhæfð aðstoð berst.
E 4	Síðan þarf að meta hvort öndun er eðlileg með því að opna öndunarveginn, halla höfðinu aftur og lyfta um leið undir hökuna á barninu...	F 3	hringja í Neyðarlínuna 112.
G 5	reyna síðan horfa, hlusta og finna hvort barnið andar eðlilega, þar sem barnið andar ekki þarf að ...	H 1	Byrja á að kanna hvort barnið er með meðvitund og bregst við áreiti...

Hvað gerirðu?

- Athuga viðbrögð við áreiti. Ef einstaklingurinn bregst ekki við skal hringja eftir aðstoð.
- Kanna hvort öndun er eðlileg. Leggja vangann við andlitið og horfa á hvort brjóstkassinn hreyfist, hlusta eftir öndunarhljóðum og reyna að finna hvort viðkomandi andar frá sér.
- Byrja strax endurlífgun með því að blása (2-5 sinnum) og hjartahnoða (30 sinnum). Síðan hnoða 30 sinnum og blása 2 sinnum til skiptis ef engin viðbrögð eru til staðar og öndun er óeðlileg. Þegar um börn er að ræða og ekki eru fleiri á staðnum til að aðstoða skal fyrst framkvæma endurlífgun í 1 mínútu, áður en hringt er á aðstoð.
- Hjartahnoð: Hnoða á taktinum 100 hnoð á mínútu á miðjan brjóstkassann með beinum handleggjum, úlnliðir og olnbogar eiga að vera læstir og axlir beint yfir hnoðstað. Létta á öllum þunga af brjóstkassanum eftir hvert hnoð.
- Blástur: Opna öndunarveginn með því að setja aðra hendi á ennið og ýta höfðinu aftur, lyfta samtímis undir hökuna með hinni hendinni. Draga síðan eðlilega að sér andann og blása þannig að brjóstkassinn lyftast aðeins.
- http://rki.is/Apps/WebObjects/RedCross.woa/wa/dp?name=skyndihjalp_birtafrett&detail=63785
- <http://www.youtube.com/watch?v=hOtvVIB8ULo&feature=channel>