

Førstehjelp på 1-2-3

Hjerte- og lungeredning (HLR)

1. Sjekk bevissthet, puls og pust. Rop HJELP om nødvendig.

2. Sørg for frie luftveier og ring 113.

3. Gjennomfør HLR med 30 kompresjoner og 2 innblåsninger.
Fortsett til ambulansen kommer.

