

Hjertestarter – Nytt tema i BevarHMS

Har ditt boligselskap hjertestarter, eller vurderer dere å få dette? Nå finner du i BevarHMS informasjon om hjertestartere i HMS-Håndbok. Her kan du blant annet lese om hvilket ansvar boligselskapet (styret) har. Du kan også velge å la BevarHMS hjelpe deg med oppfølgingen ved at du aktiverer aktivitet for tilsyn og vedlikehold av hjertestarteren(e).

Det er ikke et lovkrav at boligselskapet skal plassere ut hjertestarter(e) i sine lokaler, men dette vil være et nyttig beredskapstiltak både for beboere, besøkende og eventuelle ansatte. Ta gjerne kontakt med ditt boligbyggelag for mer informasjon og hjelp til å aktivere aktiviteten «Tilsyn og vedlikehold av hjertestarter».

Hva er en hjertestarter?



En hjertestarter er et lite, enkelt apparat som hjelper deg ved en hjertestans, og som kan brukes til å stanse en unormal hjerterytme og starte opp hjertet på nytt. Hjertestarteren har stemmeveiledning og tydelige tegninger for hvordan den skal brukes. En hjertestarter skal brukes på alle personer som er bevisstløse og ikke puster normalt.

Moderne hjertestartere er svært sikre i bruk, både for personen som får hjelp og for brukeren, og gir ikke mulighet for å gjøre noe som er til skade, selv ikke på personer som

likevel ikke har hjertestans.

Hvem kan bruke en hjertestarter?

Hovedregelen er at alle, også de uten opplæring, bør starte hjerte-lungeredning (HLR) og bruke en hjertestarter når det er nødvendig for å redde liv. Samtidig bør det etableres rask kontakt med nødtelefon 113 som kan sende ut ambulanse og veilede i HLR og bruk av hjertestarteren over telefonen.

Hva må følges opp ved anskaffelse av hjertestarter(e)?

Ved anskaffelse av hjertestarter(e) anbefaler vi at dere leser [råd fra Norsk Resuscitasjonsråd \(NRR\)](#) og 113.no. 113.no gir informasjon om førstehjelp i regi av blant annet Helse- og omsorgsdepartementet. Rådene nedenfor er hovedsakelig hentet derfra.

1. Plasser hjertestarteren synlig og lett tilgjengelig (ikke bak en låst dør). Stedet bør merkes med et skilt slik at alle ser den. Sørg for at hjertestarteren er beskyttet mot vær og vind og lav temperatur. Når det nærmer seg vinteren er det viktig å huske at batteriene i en hjertestarter er avhengig av en temperatur godt over frysepunktet for å virke, oppbevaring i for kaldt miljø vil også redusere batterienes levetid. Les mer om plassering av hjertestarter på [NRR.no](https://nrr.no).
2. Sørg for at utstyret er i forskriftsmessig stand, og dokumentere vedlikehold. En hjertestarter tester seg selv regelmessig og viser med symboler når det er tid for service. Flere hjertestartere er tilnærmet vedlikeholdsfrie, bortsett fra skifte av batteri og elektroder. Ved å utføre aktivitet for tilsyn og vedlikehold av hjertestarter i BevarHMS, med hyppighet hver 6 måned, dokumenteres oppfølgingen. Boligbyggelaget hjelper deg med å aktivere aktiviteten.
3. Legge til rette for opplæring av eventuelle ansatte og beboere. Det anbefales at alle får tilbud om opplæring i bruk av hjertestarter og hjerte- og lungeredning, minst hvert annet år. Opplæring vil gjøre førstehjelpen bedre i stand til å gi god HLR og bidra til raskere bruk av hjertestarteren. Dette kan være avgjørende for å redde liv. Les mer på 113.no.
4. Ca. hvert 5 år oppdateres retningslinjene for bruk av hjertestartere, da bør en sjekke at egen hjertestarter er i henhold til nye retningslinjer, se [NRR](https://nrr.no) for mer informasjon. Se [retningslinjer for 2021](https://nrr.no).
5. Vurdere å registrere hjertestarteren i det offentlige Hjertestarterregisteret. Dette anbefales. Hjertestarterregisteret driftes av helsemyndighetene og gjør hjertestartere tilgjengelig for 113-sentralene. [Les mer på 113.no](https://113.no).
 - Ha en ansvarlig kontaktperson for hjertestarter.
 - Bekrefte hver sjette måned at alt fortsatt er riktig i registreringen.

Alle **beboere** bør gjøre seg kjent med hvor hjertestarteren(e) er plassert, samt delta på opplæring.

Krav i lovverket

I henhold til [§11 i Forskrift om håndtering av medisinsk utstyr](#) skal vedlikehold av medisinsk utstyr være planlagt, systematisert og basert på utstyrets anvisninger og en vurdering av risiko, slik at utstyret til enhver tid er sikkert og kan brukes uten fare. Utført vedlikehold, endringer og reparasjoner skal dokumenteres.

Eier av hjertestarteren må i henhold til [§ 8](#) sørge for opplæring av brukere, slik at brukerne til enhver tid har de nødvendige ferdigheter og kunnskaper om korrekt og sikker bruk. Opplæring skal være systematisk og dokumentert. NRR og Førstehjelpsrådet anbefaler at minst fem personer med nær fysisk tilknytning til der hjertestarteren plasseres i virksomheten får opplæring tilsvarende Norsk grunnkurs i HLR med bruk av hjertestarter (DHLR).

Medisinsk utstyr skal i henhold til [§ 12](#) oppbevares og lagres i samsvar med utstyrets vedlagte anvisninger.