



# Veileder

## Omsorgsberedskap – Registrering av hjertestartere



### Bakgrunn

Sanitetskvinnene skal bidra til trygge lokalsamfunn. I Norge er det mange eldre, og den eldre befolkningen har høyere risiko for en rekke akuttmedisinske tilstander, selv om det kan ramme alle. Å bruke en hjertestarter så tidlig som mulig er et godt supplement til hjerte- og lungeredning. Hvert minutt er dyrebart i en slik kritisk situasjon.

I Norge er cirka 1 av 10 hjertestartere registrert i Hjertestarterregistret. Det betyr at mange tusen hjertestartere ikke er synlige for akuttmedisinsk nødtelefon 113 og i appen Hjelp 113 fra Norsk Luftambulans. Ved å få registrert flere hjertestartere øker vi mulighetene for overlevelse og for at flere får et bedre liv. Dette kan Sanitetskvinnene og omsorgsberedskapsgruppene bidra til.

### Omsorgsberedskap

Vi bidrar til trygge lokalsamfunn gjennom:

- Over 6000 beredskapsfrivillige
- 400 lokalforeninger
- 170 kommuner som har omsorgsberedskapsgrupper

De fleste omsorgsberedskapsgruppene har samarbeidsavtale med sin kommune.

Vi har nasjonale samarbeidsavtaler med Helse- og beredskapsdirektoratet, Politidirektoratet og Direktoratet for samfunnssikkerhet og beredskap (DSB).

*For mer informasjon:*

**[omsorgsberedskap@sanitetskvinnene.no](mailto:omsorgsberedskap@sanitetskvinnene.no)**

*For kontaktinformasjon til ansatte:*

[Sekretariatet | Norske Kvinners Sanitetsforening](#)



**Sanitetskvinnene**

# Hvordan kan dere gå fram:

## Få oversikt over hjertestartere

Logg inn på nettsiden **113.no**, Norges offentlige nettsted for førstehjelp. Velg [113.no/hjertestarter-registeret](https://www.113.no/hjertestarter-registeret) for mer informasjon, blant annet et kart over alle registrerte hjertestartere. Velg din kommune eller nærområde og se hvor mange som allerede er registrert. Dersom dere vet om noen som ikke er registrert, kan dere bidra til at de blir synlige på **113.no**. Det er mange ulike varianter av hjertestartere. På kortet under ser du det internasjonale symbolet for hjertestartere.

## Hjertestarterregisteret

Hjertestarterregisteret driftes av helsemyndighetene. Registeret gjør hjertestartere tilgjengelige for 113-sentralene (AMK), 110-sentralene (brann) og i appen *Hjelp113* fra Stiftelsen Norsk Luftambulans. Den som eier hjertestarteren er ansvarlig for registrering og vedlikehold. Registreringen er gratis.

## Del ut påminnelskort

Hjertestartere *må* ikke registreres, men for at de skal være synlige og tilgjengelige må de registreres på **113.no**. Ikke alle er klar over dette, og hos noen er manglende registrering en forglemmelse.



Er det hjertestartere som ikke er synlige på **113.no**, så kan du dele ut påminnelskortene. Dette er små visittkort, som du kan få ved å ta kontakt med oss. Dersom du er på et hotell, kjøpesenter, bibliotek eller annet sted, som ikke har registrert sin hjertestarter, kan det være fint med en påminnelse. Gi ros for at de har en hjertestarter tilgjengelig, minn de på å registrere den på **113.no** og del ut påminnelskortet.

## Registrering av hjertestartere

Registreringen er enkel og tar bare noen få minutter. Selv om hjertestarteren er innelåst eller er på et sted som ikke er åpent til enhver tid, så bør den registreres. Beskriv hvor den er plassert så nøyaktig som mulig ved registrering.

## Vedlikehold av hjertestartere

Det er lett å glemme at en hjertestarter må vedlikeholdes. Den som eier hjertestarteren er ansvarlig for

vedlikehold, og elektroder og batterier må byttes regelmessig avhengig av modell.

Har du spørsmål om registrering og vedlikehold kan du kontakte NAKOS (Nasjonal kompetansetjeneste for prehospital akuttmedisin), som drifter Hjertestarter-registeret. Epost: [aed@nakos.no](mailto:aed@nakos.no), telefon: 23 02 62 12

## Bruk av hjertestarter

Å bruke en hjertestarter er definert som førstehjelp og krever ikke noen form for sertifisering. Ved en hjertestans vil innringer til 113 få veiledning i å utføre hjerte- og lungeredning, og dersom flere er på stedet vil 113 be noen hente nærmeste hjertestarter. Takk for at du vil bidra til at flere liv kan reddes!

## Førstehjelpsressurser på møter eller stand

I noen kommuner har Sanitetskvinnene lært opp førstehjelpsressurser. Det er lokale sanitetskvinner som har fått opplæring i førstehjelp for eldre. Spør gjerne om de kan bidra på møter eller stand. Førstehjelpsressursene kan holde et undervisningsopplegg som tar cirka 1 time. Ta kontakt for oversikt over førstehjelpsressurser. Alternativt kan dere spørre noen fra ambulansetjenesten eller andre med egnet bakgrunn.

## Stand – tips til materiell fra nettbutikken:

- Flyer, eldre og førstehjelp
- Flyer, kvinner og hjertehelse
- Førstehjelpshjertes
- Vervekuponger
- Påminnelskort Registrering av hjertestartere
- Bord roll-up
- Nødnummerkort

## Andre beredskapsaktiviteter – se [foreningsnett](#):

- Egenberedskap
- Trygg sammen
- Trygghetstreff - brannsikkerhet
- Førstehjelp for eldre
- Bistand på Evakuert- og pårørendesenter

## Aktuelle nettsted:

- Vi anbefaler alle å bruke omsorgsberedskapsvest og navneskilt med bånd, se [nettbutikken](#)
- Mer informasjon om omsorgsberedskap, se [foreningsnett](#)
- Video: <https://www.113.no/forstehjelp/bruk-hjertestarter/>
- Les mer her: [Sanitetskvinnene: Sammen redder vi liv](#)



Sanitetskvinnene