

Pressmeddelande den 11 juni 2013

Så ska cyklister hjärtsäkras under Vätternrundan

I år hjärtsäkras Vätternrundan med 30 hjärtstartare och volontärer som är specialutbildade i hjärt-lungräddning. Målet är att kunna rädda liv om någon drabbas av hjärtstopp i samband med loppet. Initiativet till hjärtsäkringen kommer från Hjärt-Lungfonden, som också utbildar volontärer.

När någon drabbas av plötsligt hjärtstopp räknas varje minut. Att få en stöt av en hjärtstartare inom 180 sekunder kan vara avgörande för att överleva. Varje år överlever endast 500 av de 10 000 svenskar som drabbas av hjärtstopp.

Totalt kommer det att finnas 30 hjärtstartare tillgängliga längs Vätternrundans 30 mil. Vid alla nio depåer kommer det att finnas hjärtstartare och specialutbildade volontärer. Mellan depåerna kommer det dessutom att köra 80 bilar med hjärt-lungräddare.

– Ingen ska behöva dö av plötsligt hjärtstopp under ett motionslopp. Från och med i år kommer det att finnas hjärtstartare tillgängliga för Vätternrundans cyklister och publik för att liv ska kunna räddas, säger Staffan Josephson, generalsekreterare för Hjärt-Lungfonden.

Vätternrundan är världens största cykelmotionslopp och genomförs i år den 14–15 juni. Start och målgång är i Motala där många åskådare samlas. Förra året deltog 19 000 cyklister. Sedan 1972 ingår Vätternrundan tillsammans med Vasaloppet, Vansbrosimningen och Lidingöloppet i En svensk klassiker.

– Hjärt-Lungfondens initiativ att hjärtsäkra Vätternrundan är något vi varmt välkomnar. Vi vill att loppet ska vara en folkfest och då är det en förutsättning att cyklisterna känner sig trygga, säger Stefan Brissle, ordförande för Vätternrundan.

Hjärtsäkra Sverige är en kampanj som Hjärt-Lungfonden driver tillsammans med Bliwa Livförsäkring och AFA Försäkring. Målen med kampanjen, som pågår till 2015, är bland annat att dubblera antalet hjärtstartare i samhället, att utbilda 100 000 personer i hjärt-lungräddning och att genomföra landsomfattande aktiviteter för att informera om plötsligt hjärtstopp.

För mer information, kontakta gärna:

Anna Sjödin, pressansvarig Hjärt-Lungfonden, telefon 08-566 242 39,
anna.sjodin@hjart-lungfonden.se

Länkar:

- [Hitta din närmaste hjärtstartare via Hjärt-Lungfondens temasida 180 sekunder](#)
- [Information om Vätternrundan](#)

Hjärt-Lungfonden bildades 1904 i kampen mot tuberkulos (tbc). I dag är fondens mål att besegra både hjärt- och lungsjukdomarna. Hjärt-Lungfonden samlar in och fördelar pengar till forskning samt informerar om hjärt- och lungsjukdom. Verksamheten är helt beroende av gåvor från privatpersoner och företag. Hjärt-Lungfonden har insamlingskonton pg 90 91 92-7 och bg 909-1927. www.hjart-lungfonden.se

Pressbilder:

- [Staffan Josephson, generalsekreterare, Hjärt-Lungfonden](#)
- [Hjärtstartare med mera](#)

Fakta om plötsligt hjärtstopp

500 överlever. Varje år drabbas cirka 10 000 svenskar av plötsligt hjärtstopp. I cirka 5 000 fall startas någon form av behandling och av dem överlever 500 personer. De senaste två åren har antalet överlevande ökat från 300 till 500. Hjärt-Lungfondens mål är att öka antalet överlevande till 1 200 inom en tioårsperiod.

Hjärtat stannar. Plötsligt hjärtstopp är när hjärtat drabbas av elektriskt kaos som gör att det inte längre kan pumpa blod. Den som drabbas blir omedelbart medvetslös och slutar därefter att andas.

Snabb insats räddar liv. Omedelbar hjärt-lungräddning, som håller igång blodcirkulationen, i kombination med hjärtstartare är det enda sättet att rädda liv.

Elektriska chocker. En hjärtstartare ger vid behov en elektrisk stöt för att få hjärtat att börja slå igen. Hjärtstartare kan användas utan förkunskaper eftersom den ger instruktioner till användaren.

Varje minut räknas. Insatser under de första tre minuterna är det bästa sättet att rädda liv. Den som drabbas av plötsligt hjärtstopp och får en stöt av en hjärtstartare inom 180 sekunder, har 75 procents chans att överleva. Ju tidigare stöt desto större chans.

Många frågetecken. Åderförfettning och ett 20-tal olika hjärtsjukdomar kan ligga bakom plötsligt hjärtstopp, men man behöver forska mer kring orsakerna och om varför vissa drabbas.

Symbol visar vägen. Den internationella symbolen för hjärtstartare ska finnas överallt där en hjärtstartare är placerad.

Så räddar du liv med hjärtstartare

1. Starta hjärtstartaren och följ dess instruktioner.
2. Ta bort kläderna från personens bröstorg.
3. Sätt fast elektroderna på bröstet enligt bilderna.
4. Om defibrillering rekommenderas: rör inte personen och tryck på knappen.*
5. Fortsätt med hjärt-lungräddning tills du blir avlöst eller personen visar tydliga livstecken.

* Hjärtstartaren är halvautomatisk och ger fortlöpande instruktioner. Genom att analysera hjärtats tillstånd kan hjärtstartaren dela ut en elstöt om den känner av att det behövs.

Hjärt-Lungfonden bildades 1904 i kampen mot tuberkulos (tbc). I dag är fondens mål att besegra både hjärt- och lungsjukdomarna. Hjärt-Lungfonden samlar in och fördelar pengar till forskning samt informerar om hjärt- och lungsjukdom. Verksamheten är helt beroende av gåvor från privatpersoner och företag. Hjärt-Lungfonden har insamlingskonton pg 90 91 92-7 och bg 909-1927. www.hjart-lungfonden.se

Mer från Hjärt-Lungfonden:

- Gilla oss på [Facebook](#)
- Följ oss på [Twitter](#)

Hjärt-Lungfonden bildades 1904 i kampen mot tuberkulos (tbc). I dag är fondens mål att besegra både hjärt- och lungsjukdomarna. Hjärt-Lungfonden samlar in och fördelar pengar till forskning samt informerar om hjärt- och lungsjukdom. Verksamheten är helt beroende av gåvor från privatpersoner och företag. Hjärt-Lungfonden har insamlingskonton pg 90 91 92-7 och bg 909-1927. www.hjart-lungfonden.se