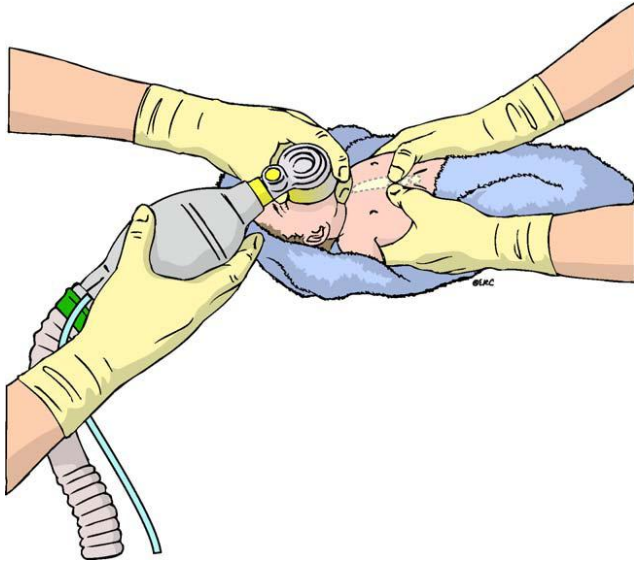


[Skriv inn innleggstittel her]

---

### Tryktpunkt ved hlr på barn under ett år



The most effective technique for providing chest compressions is to place the two thumbs side by side over the lower third of the sternum just below an imaginary line joining the nipples, with the fingers encircling the torso and supporting the back.

An alternative way to find the correct position of the thumbs is to identify the xiphisternum and then to place the thumbs on the sternum one finger's breadth above this point.

The sternum is compressed to a depth of approximately one-third of the anterior–posterior diameter of the chest allowing the chest wall to return to its relaxed position between compressions.

**Kilde:** European Resuscitation Council 2010

### **Alternativ teknikk**

Trykkpunktet er det samme som ovenfor.

Det vil si en fingerbredde under en tenkt linje mellom brystvortene. Det tilsvarer også en fingerbredd over xiphisternum.

(der ribbein møter nederste del av sternum)

Bruk to fingre som vist på bildet.

Trykk ca. 4 cm ned!

Det tilsvarer 1/3 av tykkelse på brystkassen.

Kompresjonstakt: 120 per minutt.

