

10 år med Hjertestarterdagen:

Kæmpe fremgang på genoplivningsområdet

Søndag den 16. oktober er det international Hjertestarterdag, og det er 10. gang, at vi fejrer dagen i Danmark. Siden den første Hjertestarterdag i 2013, er der sket markante fremgange på genoplivningsområdet, og Danmark er i dag i en international førerposition inden for genoplivning. Antallet af hjertestartere er i den 10-årige periode mere end fordoblet, flere danskere er uddannet i livreddende førstehjælp, flere vidner træder til med hjertelungeredning og stød med hjertestarter, og flere overlever.

Siden 2013 har Dansk Råd for Genoplivning og TrygFonden på Hjertestarterdagen sat fokus på livreddende førstehjælp – både i medierne, på arbejdspladser og i foreninger og ikke mindst på gader og stræder, hvor frivillige har tilbudt gratis introduktioner til livreddende førstehjælp. Også i år vil man den 16. oktober over hele landet kunne få en gratis introduktion til hjertelungeredning og brug af hjertestarter.

- Efter at vi de seneste år på grund af COVID har bøvlet lidt med de gratis genoplivningsarrangementer på Hjertestarterdagen er jeg rigtig glad for, at vi igen i år kan tilbyde danskerne en kort introduktion til eller genopfriskning af, hvad man skal gøre, hvis man er vidne til et hjertestop. Så vi håber, at mange – både voksne og børn – vil bruge en lille del af den første søndag i efterårsferien på at lægge vejen forbi et af de flere end 50 arrangementer fordelt over hele landet, siger Stine Strandkjær, sekretariatschef for Dansk Råd for Genoplivning.

10 år med fremgang

Danmark er et af de få lande i verden, der har et landsdækkende netværk for hjertestartere. I 2013 – på den første Hjertestarterdag – var der registreret 8.662 hjertestartere på hjertestarter.dk. Under en fjerdedel af de hjertestartere var døgntilgængelige – dvs. tilgængelige for alle på alle tider af døgnet året rundt. 10 år efter er der nu registreret godt 23.000 hjertestartere, hvoraf to tredjedele er døgntilgængelige. Det er en udvikling, der glæder Dansk Råd for Genoplivning:

- Vi ved, at 1/3 af de personer med hjertestop, der får stød inden ambulancens ankomst, overlever. Det er en væsentlig højere overlevelse end i de tilfælde, hvor der ikke bliver stødt med en hjertestarter inden ambulancens ankomst. Derfor er det så vigtigt, at der findes døgntilgængelige hjertestartere i hele landet – og ikke mindst der, hvor der er lidt længere afstand for den nærmeste ambulance, siger Stine Strandkjær.

For at de mange hjertestartere for alvor kan komme i spil og være med til at redde liv, er der i de senere år etableret flere frivilligordninger med fokus på hurtig hjertelungeredning og stød med hjertestarter. Den største ordning hedder TrygFonden Hjerteløber og blev lanceret i forbindelse med Hjertestarterdagen 2017. Siden da har 145.000 danskere registreret sig som frivillige hjerteløbere, og hos TrygFonden håber man på, at endnu flere vil melde sig.

- Danskerne er en nation af førstehjælpere. Tænk, at ved 4 ud af 5 hjertestop træder vidner til med hjertelungeredning før ambulancens ankomst. Det er intet mindre end fantastisk, og det er en firedobling i forhold til for 20 år siden, siger Grethe Thomas, projektchef i TrygFonden, og fortsætter:

- Vi har i Danmark forbedret os i alle led af overlevelseskæden – både i befolkningen, hos akutberedskaberne og på hospitalerne – og sammen har vi opnået en rekordhøj overlevelse efter hjertestop uden for hospital. Hvis vi skal hæve overlevelsen yderligere, skal vi ved endnu

flere hjertestop have stødt med en hjertestarter inden ambulancens ankomst. Derfor arbejder vi fra TrygFondens side på, at flere hjertestartere skal være døgntilgængelige, og at flere skal melde sig som hjerteløbere.

Nye tal fra Dansk Hjertestopregister viser, at 12 pct. af hjertestoppatienterne i 2021 fik stød med hjertestarter før ambulancens ankomst. For 10 år siden var det kun omkring 3 pct., der fik stød inden ambulancens ankomst.

Siden 2009 har 44 pct. af alle voksne i Danmark deltaget i et førstehjælpskursus. Omkring halvdelen har lært om bl.a. hjertelungeredning og brug af hjertestarter ved erhvervelse af kørekort. Det viser, at der også er taget vigtige politiske beslutninger for genoplivningsområdet – både hvad angår indførelsen af sundhedsfagligt personale på 1-1-2, men også indførelsen af obligatorisk førstehjælpsundervisning i køreskolerne og i folkeskolen.

- Når vi i Danmark i dag er så gode til at redde liv, så skyldes det bl.a., at det dygtige sundhedsfaglige personale på regionernes vagtcentraler er meget dygtige til at erkende hjertestop og herefter aktivere både tilstedeværende vidner, men også frivillige hjerteløbere. De ikke-professionelle vidner er ikke bange for at træde til, fordi de får kyndig vejledning fra personalet på 1-1-2, men også fordi mange danskere i dag er trænet i førstehjælp og derfor ved, hvad de skal gøre, slutter Stine Strandkjær fra DRG.

Hjertestarterdagen markeres søndag den 16. oktober med gratis arrangementer rundt om i landet, hvor børn og voksne kan få en introduktion til hjertelungeredning og brug af hjertestartere og høre mere om, hvad man kan gøre for at medvirke til at redde liv ved hjertestop. Se listen over arrangementer [her](#) (listen opdateres løbende)

Fakta

Siden den første Hjertestarterdag i 2013 er:

Antallet af hjertestartere mere end fordoblet

| Antal hjertestartere | Oktober 2013* | Oktober 2022 | Forskel fra 2013 → 2022 (absolutte tal) | Forskel fra 2013 → 2022 (i pct.) |
|----------------------|----------------------|-----------------------|---|----------------------------------|
| Region Hovedstaden | 2.502 hjertestartere | 6.818 hjertestartere | +4.316 hjertestartere | +173 pct. |
| Region Syddanmark | 2.160 hjertestartere | 4.964 hjertestartere | +2.804 hjertestartere | +130 pct. |
| Region Midtjylland | 1.869 hjertestartere | 4.756 hjertestartere | +2.887 hjertestartere | +154 pct. |
| Region Sjælland | 1.180 hjertestartere | 3.309 hjertestartere | +2.129 hjertestartere | +180 pct. |
| Region Nordjylland | 951 hjertestartere | 2.245 hjertestartere | +1.294 hjertestartere | +136 pct. |
| Totalt på landsplan | 8.662 hjertestartere | 23.011 hjertestartere | +14.349 hjertestartere | +166 pct. |

*Antallet af hjertestartere registreret ifm. Hjertestarterdagen 2013

| Antal hjertestartere pr. 100.000 indbyggere | Oktober 2013 (pr. 100.000 indbyggere) | Oktober 2022 (pr. 100.000 indbyggere) | Forskel fra 2013 → 2022 (pr. 100.000 indbyggere) |
|---|---------------------------------------|---------------------------------------|--|
| Region Hovedstaden | 144 hjertestartere | 363 hjertestartere | +219 hjertestartere |
| Region Syddanmark | 180 hjertestartere | 402 hjertestartere | +222 hjertestartere |
| Region Midtjylland | 229 hjertestartere | 352 hjertestartere | +123 hjertestartere |
| Region Sjælland | 93 hjertestartere | 390 hjertestartere | +297 hjertestartere |
| Region Nordjylland | 164 hjertestartere | 378 hjertestartere | +214 hjertestartere |
| Totalt på landsplan | 154 hjertestartere | 389 hjertestartere | +235 hjertestartere |

Antallet af døgntilgængelige hjertestartere mere end syvdoblet

| Antal døgntilgængelige hjertestartere | Oktober 2013 | Oktober 2022 | Forskel fra 2013 → 2022 (absolutte tal) | Forskel fra 2013 → 2022 (i pct.) |
|---------------------------------------|--------------|--------------|---|----------------------------------|
| | | | | |

| | | | | |
|---------------------|---------------------------------------|--|---|-----------|
| Region Hovedstaden | 398 døgntilgængelige hjertestartere | 3.837 døgntilgængelige hjertestartere | +3.439 døgntilgængelige hjertestartere | +864 pct. |
| Region Syddanmark | 698 døgntilgængelige hjertestartere | 3.370 døgntilgængelige hjertestartere | +2.672 døgntilgængelige hjertestartere | +383 pct. |
| Region Midtjylland | 465 døgntilgængelige hjertestartere | 3.252 døgntilgængelige hjertestartere | +2.787 døgntilgængelige hjertestartere | +599 pct. |
| Region Sjælland | 291 døgntilgængelige hjertestartere | 2.411 døgntilgængelige hjertestartere | +2.120 døgntilgængelige hjertestartere | +729 pct. |
| Region Nordjylland | 227 døgntilgængelige hjertestartere | 1.673 døgntilgængelige hjertestartere | +1.446 døgntilgængelige hjertestartere | +637 pct. |
| Totalt på landsplan | 2.079 døgntilgængelige hjertestartere | 15.248 døgntilgængelige hjertestartere | +13.169 døgntilgængelige hjertestartere | +633 pct. |

| Antal døgntilgængelige hjertestartere pr. 100.000 indbyggere | Oktober 2013 (pr. 100.000 indbyggere) | Oktober 2022 (pr. 100.000 indbyggere) | Forskel fra 2013 → 2022 (pr. 100.000 indbyggere) |
|--|---------------------------------------|---------------------------------------|--|
| Region Hovedstaden | 23 døgntilgængelige hjertestartere | 204 døgntilgængelige hjertestartere | +181 døgntilgængelige hjertestartere |
| Region Syddanmark | 58 døgntilgængelige hjertestartere | 273 døgntilgængelige hjertestartere | +215 døgntilgængelige hjertestartere |
| Region Midtjylland | 57 døgntilgængelige hjertestartere | 240 døgntilgængelige hjertestartere | +183 døgntilgængelige hjertestartere |
| Region Sjælland | 23 døgntilgængelige hjertestartere | 284 døgntilgængelige hjertestartere | +261 døgntilgængelige hjertestartere |
| Region Nordjylland | 39 døgntilgængelige hjertestartere | 281 døgntilgængelige hjertestartere | +242 døgntilgængelige hjertestartere |
| Totalt på landsplan | 37 døgntilgængelige hjertestartere | 258 døgntilgængelige hjertestartere | +221 døgntilgængelige hjertestartere |

Andelen af hjertestop, hvor vidner træder til, steget (fra 64 pct. i 2012 til 79 pct. i 2021)

Antallet af hjertestoppatienter, der får stød med en hjertestarter inden ambulancens ankomst, mere end firedoblet (fra 107 stødte i 2012 til 498 stødte i 2021)

Overlevelsen efter hjertestop markant forbedret (fra 8 ud af 100.000 indbyggere i 2012 til 10 personer pr. 100.000 indbyggere i 2021 – eller i absolutte tal: fra 428 overlevende i 2012 til 610 overlevende i 2021)

Flere end 145.000 frivillige registreret i Hjerteløberordningen (lanceret på Hjertestarterdagen i 2017). Antal hjerteløbere den 11. oktober 2022:

Region Hovedstaden: 56.178 hjerteløbere – svarende til 2.989 hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere

Region Midtjylland: 35.608 hjerteløbere – svarende til 2.632 hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere

Region Syddanmark: 23.162 hjerteløbere – svarende til 1.874 hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere

Region Sjælland: 17.485 hjerteløbere – svarende til 2.060 hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere

Region Nordjylland: 12.725 hjerteløbere – svarende til 2.141 hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere

Totalt: 145.158 hjerteløbere – svarende til 2.456 hjerteløbere pr. 100.000 indbyggere

Kilder: Dansk Hjertestopregister, Genoplivning.dk og Hjertestarter.dk

For yderligere information kontakt

Stine Strandkjær, sekretariatschef, Dansk Råd for Genoplivning, tlf. 28 57 06 77,
stine.strandkjaer@regionh.dk

Grethe Thomas, projektchef, TrygFonden, tlf. 41 77 93 00, gt@trygfonden.dk