

Danmark skal have flere Hjertesikre Zoner

Dansk Råd for Genoplivning lancerede for et år siden konceptet Hjertesikker Zone. På et år er der blevet oprettet knap 50 Hjertesikre Zoner, men der bør være mange flere, mener eksperterne bag indsatsen. Derfor lyder der nu en klar opfordring til, at flere virksomheder, foreninger og institutioner bliver Hjertesikre Zoner og dermed bidrager til at øge trygheden i lokalsamfundet. I en Hjertesikker Zone er den nødvendige hjælp lige inden for rækkevidde, hvis en person falder om med hjertestop, og det øger chancen for overlevelse. I dag er der én Hjertesikker Zone på Fyn.

Ved hjertestop uden for hospital er tilgængelige hjertestartere og mennesker, der hurtigt træder til, med til at øge chancen for overlevelse. Genoplivningsområdet har gennemgået en rivende udvikling de seneste 20 år, og der er på kort tid etableret en landsdækkende Hjerteløberordning og et nationalt Hjertestarter-Netværk, der integrerer de mange hjerteløbere og hjertestartere i den præhospitale praksis.

Konceptet Hjertesikker Zone er med til at fortsætte denne udvikling, så endnu flere danskere overlever hjertestop uden for hospital. I dag overlever 14 pct. et hjertestop, men målet er, at 18 pct. skal overleve et hjertestop uden for hospital i Danmark.

- Man skal godkendes til at være Hjertesikker Zone, men det er ret enkelt og gratis at blive certificeret. For at blive godkendt som Hjertesikker Zone skal man basalt set have en funktionsdygtig hjertestarter, der er døgntilgængelig, og så skal der være medarbejdere – lønnede eller frivillige –, som er uddannede i hjertelungeredning, siger Stine Strandkjær, sekretariatschef i Dansk Råd for Genoplivning.

Bliv Hjertesikker Zone og skab tryghed i lokalområdet

På hjemmesiden Hjertesikkerzone.dk kan man læse mere om de ni kriterier, man som Hjertesikker Zone skal opfylde, og som ifølge eksperterne kan være med til at øge overlevelsen efter hjertestop. Det er bl.a. at uddanne medarbejderne i livreddende førstehjælp samt at have en døgntilgængelig hjertestarter, som er registreret på Hjertestarter-Netværket.

Steder som fx kulturinstitutioner, idrætsanlæg, forlystelsesparker, grundejerforeninger, lufthavne og virksomheder, der har et geografisk afgrænset område, kan blive Hjertesikre Zoner. Og som en Hjertesikker Zone er man ikke alene med til at øge chancen for overlevelse, men også trygheden i lokalsamfundet.

- Man arbejder flere steder i verden med begrebet Hjertesikre Zoner og har gode erfaringer med det – både i forhold til hurtig hjælp med hjertestarter og det, at man som borger eller bruger af fx et idrætsanlæg ved, at man vil få hurtig hjælp ved et pludseligt opstået hjertestop, siger Grethe Thomas, projektchef i TrygFonden, og fortsætter:

- I Danmark ved vi, at hvis man falder om med et hjertestop i forbindelse med holdidræt, så har man væsentligt højere chance for at overleve end gennemsnittet. Det skyldes bl.a., at der ved holdsport helt åbenlyst vil være vidner, og at mange af vores idrætsanlæg i dag har en tilgængelig hjertestarter. Derfor er vores mange kommunale idrætsanlæg også oplagte kandidater til at blive Hjertesikre Zoner, slutter Grethe Thomas.

Hvis man er interesseret i at blive en Hjertesikker Zone, kan man læse mere på

www.hjertesikkerzone.dk

Hjertesikker Zone er en borgerrettet indsats, der skal medvirke til at forbedre overlevelsen efter hjertestop uden for hospital i Danmark. Dansk Råd for Genoplivning, TrygFonden, Hjerteforeningen, Brancheforening for Hjertestartere og de præhospitale direktioner står bag indsatsen. Læs mere på www.hjertesikkerzone.dk

Hvad er en Hjertesikker Zone?

En Hjertesikker Zone er et afgrænset område, fx en virksomhed, et fitnesscenter, et idrætsanlæg, et museum eller en grundejerforening, der opfylder de ni kriterier, der ifølge eksperterne kan øge chancen for at overleve et hjertestop uden for hospital. Se kortet over Hjertesikre Zoner i Danmark: <https://hjertesikkerzone.dk/zoner-i-danmark/>

Sådan bliver man en Hjertesikker Zone

For at blive certificeret som Hjertesikker Zone skal man leve op til nedenstående ni kriterier eller være på vej til at implementere dem. Man sender en ansøgning til Dansk Råd for Genoplivning, og når man er godkendt som Hjertesikker Zone, modtager man et Hjertesikker Zone-skilt og andet materiale, som man kan bruge til at synliggøre, at man er en Hjertesikker Zone. Det er gratis at blive certificeret, og man kan søge om at blive en Hjertesikker Zone her: <https://hjertesikkerzone.dk/ansoegning/>

Kriterierne er:

1. Alle i zonen kan få adgang til en hjertestarter og tage den i brug inden for tre minutter.
2. Hjertestarterne, som er placeret i zonen, er registreret på Hjertestarter-Netværket (hjertestarter.dk).
3. Hjertestarterne er offentligt tilgængelige.
4. Der er minimum én hjertestarter i zonen, som er offentligt tilgængelig hele døgnet rundt.
5. Der er en velbeskrevet og systematisk procedure for løbende vedligeholdelse og opsyn af de offentligt tilgængelige hjertestartere. Det anbefales, at hjertestarterne tjekkes mindst én gang om ugen.
6. Alle hjertestartere er påsat en kontaklabel med kontaktoplysninger på fadderen til hjertestarteren, så de kan komme retur efter brug.
7. Der kan ringes 1-1-2 og påbegyndes hjertelungeredning umiddelbart efter konstatering af formodet hjertestop.
8. Ansatte, frivillige, beboere eller andre med tilknytning til zonen informeres så vidt muligt om muligheden for at melde sig som frivillig hjerteløber.
9. I zoner med under 10 ansatte skal alle ansatte deltage i kurser i hjertelungeredning hvert andet år, mens frivillige, beboere og andre grupper skal have tilbuddet om at deltage i et kursus. I zoner med 10 ansatte og derover skal minimum 20% deltage i kurser i hjertelungeredning hvert andet år.

For yderlige kommentarer kontakt:

Stine Strandkjær, sekretariatschef i Dansk Råd for Genoplivning, tlf. 2857 0677, e-mail: stine.strandkjaer@regionh.dk

Grethe Thomas, projektchef i TrygFonden, tlf. 4177 9300, e-mail: gt@trygfonden.dk