

Danmark får endelig hjertestarter-anbefalinger

Danmark har gennem de seneste 25 år udviklet sig til en nation af førstehjælpere i takt med, at over 26.000 hjertestartere er blevet hængt op rundt om i landet. Men der mangler officielle nationale anbefalinger, der sikrer en ensartet håndtering og placering af hjertestartere i det offentlige rum. Det råder Dansk Råd for Genoplivning nu bod på. Målet med de nye anbefalinger er at øge overlevelsen efter hjertestop.

Når der sker et hjertestop, tæller hvert minut. Jo hurtigere man kommer i gang med livreddende førstehjælp, desto større er chancen for overlevelse, og her kan en hjertestarter betyde forskellen på liv og død. For når hjertestarteren afgiver et eller flere kontrollerede elektriske stød, kan det i nogle tilfælde genskabe en normal hjertepumpefunktion.

Danmark har udviklet sig til at være en førende nation i verden på genoplivningsområdet. Ifølge Dansk Hjertestopregister bliver der hvert år forsøgt genoplivning på omkring 5.000 personer med hjertestop uden for hospital, og antallet af overlevende har udviklet sig fra 148 personer i 2002 til over 600 i 2024.

4 ud af 5 danskere over 18 år har mindst én gang været på kursus i livreddende førstehjælp, og mange tusinde voksne danskere er frivillige i forskellige typer af ordninger, der kan aktiveres ved hjertestop. Hjerteløberordningen, som er verdens første landsdækkende ordning af sin slags, har over 61.000 aktive hjerteløbere, og de kan bl.a. gøre brug af de mere end 26.800 hjertestartere, som er registreret på Hjertestarter.dk.

Nye anbefalinger gør, at hjertestarterne kan gøre endnu mere gavn

Men mens engagementet i befolkningen for at bidrage til at redde liv er stort, og der i øvrigt er retningslinjer, som producenter af hjertestartere skal overholde, så er der paradoksalt nok ikke længere nogen vejledning for hjertestarterne i det offentlige rum.

- Vi har i Danmark haft en meget stejl og positiv udviklingskurve, når det gælder antallet af registrerede døgntilgængelige hjertestartere. Tidligere har hjertestarter-ejerne fået god vejledning fra Sundhedsstyrelsens anbefalinger for hjertestartere uden for hospital, men de anbefalinger blev trukket tilbage i 2022, og derfor har der siden da ikke været officielle anbefalinger til de mange mennesker, foreninger og organisationer, som ønsker at stille deres hjertestarter til rådighed for samfundet, fortæller Stine Strandkjær, direktør i Dansk Råd for Genoplivning (DRG), og fortsætter:

- Bag hvert hjertestop er et menneskeliv, som potentielt kan reddes med den rette indsats på det rette tidspunkt og gerne før ambulancens ankomst. I DRG synes vi, at der har manglet en ordentlig vejledning til hjertestarter-ejerne og -forhandlerne. Derfor har vi samlet alle de vigtige parter på genoplivningsområdet, som er organiseret under DRG, for at udarbejde de nye anbefalinger, vi nu præsenterer. På den måde håber vi, at hjertestarterne i Danmark kan gavne endnu mere ved hjertestop uden for hospital.

Flere skal overleve hjertestop til et godt liv

Dansk Råd for Genoplivning består af 23 medlemsorganisationer, der bl.a. tæller de regionale akutberedskaber, lægevidenskabelige selskaber, patientforeninger og en række organisationer med interesse og specialviden inden for basal og avanceret hjertelungeredning og stroke. Hovedformålet for DRG er, at flere overlever hjertestop og stroke til et godt liv. Og her spiller hjertestartere en vigtig rolle.

- Stød fra en hjertestarter er altafgørende for, at en person kan overleve et hjertestop uden for hospital. Derfor har vi brug for fælles anbefalinger, der kan sikre de bedst mulige betingelser for, at hjertestarterne kommer i spil. Det handler først og fremmest om, at de skal være døgntilgængelige for alle og ikke låses inde. Hjertestop kender ikke til åbningstider, så hjertestarterne skal være til at få fat i på alle tidspunkter af døgnet, uden at man først skal åbne låse eller have fat i koder, siger Stine Strandkjær.

En klar anbefaling fra DRG er derudover at købe hjertestarteren hos en autoriseret leverandør, så hjertestarteren er godkendt og korrekt CE-mærket. Hos medlemmer af Brancheforening for Hjertestartere kan man med fordel også få en aftale om service og vedligeholdelse.

- Enhver hjertestarter, der hænges op, gøres døgntilgængelig for alle og registreres på Hjertestarter.dk, er et godt initiativ. Men det er vigtigt, at man fx i et boligområde eller en forening, der hænger en hjertestarter op, også sørger for at udpege en ansvarlig – vi kalder dem ofte en "fadder" – som løbende tjekker, at hjertestarteren er funktionsduelig. For hvis den ikke er det, så kommer den ikke til at bidrage til en større overlevelseschance for personen med hjertestop, siger Stine Strandkjær.

Gode råd, hvis du vil anskaffe – eller har - en hjertestarter

- Køb hjertestarteren hos en autoriseret forhandler. Kontakt/brug en forhandler, som er medlem af [Brancheforening for Hjertestartere](#) – så er du hjulpet godt på vej.
- Placér hjertestarteren, så den er let tilgængelig for alle 24 timer i døgnet alle årets dage.
- Hvis hjertestarteren placeres udendørs, bør den være i et hjertestarterskab, som alle har uhindret adgang til – altså uden lås eller kode.
- Mærk hjertestarteren med navn, adresse og telefonnummer, så man kan se, hvor den hører til.
- Registrér hjertestarteren på Hjertestarter.dk, så den er synlig for alle, herunder AMK-vagtcentralerne, der besvarer 1-1-2-opkald.
- Tjek løbende, at hjertestarteren ikke melder fejl.
- Hjertestarterens batterilevetid, elektroder mv. bør kontrolleres én gang årligt. Det kan med fordel gøres via en serviceaftale med forhandleren.

Se mere under "[10 anbefalinger om hjertestartere](#)" (onepager) eller læs [hele rapporten her](#).

Hjertestartere i Danmark – et historisk overblik

2002

148 personer overlever i Danmark hjertestop uden for hospital.

2003

Sundhedsstyrelsen bekendtgør ny lovgivning, der tillader lægfolk at bruge en automatisk ekstern defibrillator (AED) – det vi i dag kalder en hjertestarter.

2006

Hjertestarter-Netværket bliver etableret i et samarbejde mellem TrygFonden, myndigheder og beredskaber. Dermed er Hjertestarter-Netværket (eller Hjertestarter.dk) verdens første nationale hjertestarterregister.

2010

Landets alarmcentraler (1-1-2) får adgang til Hjertestarter-Netværket.

2011

Sundhedsstyrelsen udgiver overordnede anbefalinger om hjertestartere uden for hospital.

2017

Hjerteløberordningen lanceres i Region Hovedstaden.

2020

Hjerteløberordningen bliver den 1. maj landsdækkende. Ordningen bliver dermed den første landsdækkende "volunteer first responder" ordning i verden.

2024

633 personer overlever hjertestop uden for hospital.

2026

Ved udgangen af 1. kvartal 2026 er der ca. 61.000 hjerteløbere, hvilket svarer til 1,3 pct. af den voksne befolkning i Danmark.

Hjerteløberordningen har i dag en median responstid på omkring 4 min. Det betyder, at så snart Hjerteløberordningen bliver aktiveret, så går der generelt set kun omkring 4 minutter, inden den første hjerteløber ankommer til skadesstedet og er klar til at bidrage til genoplivningen af personen med hjertestop – der dukker i praktisk taget alle tilfælde mindst to hjerteløbere op, når Hjerteløberordningen bliver aktiveret.

Der er i dag 26.800 hjertestartere registreret på Hjertestarter-Netværket, og 72 pct. af de hjertestartere er døgntilgængelige, hvilket er vigtigt, når vidner og fx frivillige hjerteløbere træder til for at redde en andens liv.