Erste Hilfe **Notruf 112**

Halten Sie folgende Informationen bereit:

Wo hat sich der Notfall ereignet?

Was ist passiert?

Wie viele Personen sind verletzt oder erkrankt? Welche Verletzungen/Erkrankungen liegen vor?

Warten auf Rückfragen,

nicht gleich auflegen!



Arm anwinkeln

Neben den Betroffenen knien und den nahen Arm im rechten Winkel nach oben legen.

Stabile Seitenlage



Bewusstlose Person

Ansprechen, an den Schultern rütteln. Wenn keine Reaktion erfolgt: laut um Hilfe rufen, Kopf überstrecken, die Atmung überprüfen: Ist ein Luftstrom zu spüren, hebt und senkt sich der Brustkorb? Wenn nicht: nächste Abbildung.

Handrücken anlegen

Den anderen Arm vor der Brust kreuzen und den Handrücken des Betroffenen an die Ihnen zugewandte Wange legen.



Wiederbelebung

Ballen einer Hand auf die Mitte des Brustkorbs legen, Ballen der anderen darüber und Finger ineinander verschränken. Mit durchgestreckten Armen 100 bis 120 Mal pro Minute fünf bis sechs Zentimeter tief drücken.



Auf die Seite rollen

Das entfernte Bein hochziehen, den Bewusstlosen an diesem Bein greifen und auf die Seite zu sich herrollen.



Nach jedem Druckstoß den Brustkorb vollständig

entlasten, Hände aber nicht abheben. Wenn Sie es beherrschen: nach ie 30 Druck-

stößen zwei Atemspenden von Mund zu Mund

oder Mund zu Nase geben. Wiederbelebung fortsetzen, bis Lebenszeichen

feststellbar sind oder der Rettungsdienst eintrifft.

Defibrillator nur nutzen, wenn er sich in unmittelbarer Nähe befindet oder ein Mithelfer dabei ist.

Endposition

Kopf überstreckt, Mund leicht geöffnet, Bein im rechten Winkel zur Hüfte. Die Hand unter der Wange so ausgerichtet, dass der Kopf überstreckt bleibt und das Gesicht nach unten zeigt.



Faltplan Ausschneiden, entlang

der gepunk-

teten Linien

falten und

einstecken.

Schocklagerung

Typische Schock-Symptome: Frieren, Zittern, kalte Haut, Blässe, Verwirrtheit. Betroffenen beruhigen und trösten.



Flach hinlegen, Beine hochlagern, zudecken, Atmung überwachen.



Arme unter den Achseln durchschieben und einen Unterarm greifen (Daumen s. Abb!). Verunglückten auf einen Oberschenkel ziehen und an einen sicheren Ort schleppen.



