



Erste Hilfe



Grundsätze

Ruhe bewahren
Unfallstelle sichern
Eigene Sicherheit beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

Notruf 112



Wo ist der Notfall?
Warten auf Fragen, zum Beispiel:
Was ist geschehen?
Wie viele Verletzte/Erkrankte?
Welche Verletzungen/Erkrankungen?



Bewusstsein prüfen
laut ansprechen,
anfassen, rütteln

nicht
vorhanden

um
Hilfe
rufen



Atmung prüfen
Atemwege freimachen,
Kopf nackenwärts beugen,
Kinn anheben,
sehen/hören/fühlen

keine normale
Atmung



**Notruf
112**
AED* holen
lassen



30 x Herzdruckmassage
Hände in Brustmitte
Drucktiefe 5 – 6 cm
Arbeitstempo 100 – 120/min

2 x Beatmung
im Wechsel
mit
1 s lang Luft
in Mund oder
Nase einblasen



**Situationsgerecht
helfen**
z.B. Wunde versorgen



Seitenlage



Notruf 112

Bewusstsein und Atmung überwachen

* Sofern verfügbar – den Anweisungen des „Automatisierten Externen Defibrillators“ (AED) folgen.