

## Herz-Lungen- Wiederbelebung

Wenn keine Atmung vorhanden ist:

- Notruf
- Oberkörper frei machen

Im ständigen Wechsel (Grafik)

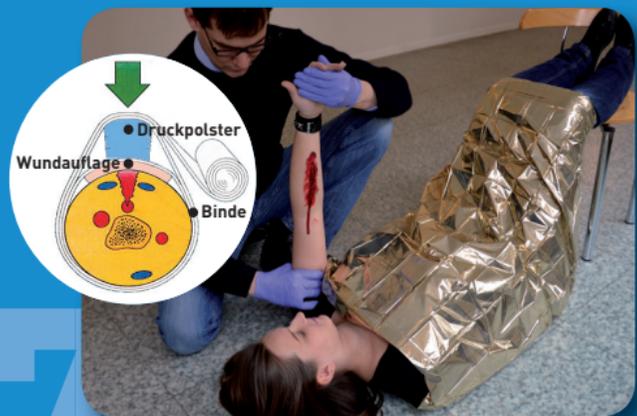
- 30 Druckmassagen
- 2 Beatmungen



- Handballen in der Mitte des Brustkorbes aufsetzen
- 30 x Druckmassage mit Frequenz von 100-120/min
- bei Erwachsenen etwa 5-6 cm tief drücken
- 2 x beatmen

## Lebensbedrohliche Blutungen

- verletzten Arm hochhalten und abdrücken
- Alle starken Blutungen mit einem Druckverband verbinden
- Bei starken Blutungen Person in die Schocklage legen
- Decke unterlegen/zudecken



## Helmabnahme

- Wenn Person nicht ansprechbar:
- Helm vorsichtig abnehmen
  - Am besten zu Zweit arbeiten und dabei den Kopf stabilisieren
  - Nach der Helmabnahme: Kontrolle der Lebensfunktionen



## Helfen ist Pflicht! - Sei ein HELD!

**H**ilfe rufen/Notruf  
**E**rmutigen und trösten  
**L**ebenswichtige Funktionen kontrollieren  
**D**ecke unterlegen/zudecken  
Wir bilden auch Dich zum Helden aus.

Dein DRK-Ansprechpartner:

Deutsches Rotes Kreuz  
Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.  
Mitternachtsgasse 4  
55116 Mainz  
Telefon: 08000 365 000  
Internet: [www.drk-rlp.de](http://www.drk-rlp.de)

Deutsches Rotes Kreuz 

Landesverband  
Rheinland-Pfalz e.V.



## Der kleine Rotkreuzhelfer

Tipps für  
Notfälle



## Notruf 112

Leg nicht einfach auf – warte auf Rückfragen.

Im Notfall erhältst du hier auch Unterstützung bei der Ersten Hilfe.

**Notruf  
112**

## Verhalten an der Unfallstelle

Unfallstelle absichern!

- Warnblinker einschalten
- gut erkennbar am Straßenrand anhalten
- Sicherheitsweste anziehen
- Warndreieck aufstellen
- Überblick verschaffen
- Erste Hilfe leisten



## Kontrolle der Lebensfunktionen

- Bewusstseinskontrolle durch lautes Ansprechen
- Wenn keine Reaktion: Atmung prüfen
- Wenn keine Atemgeräusche hörbar: mit Herz-Lungen-Wiederbelebung beginnen



## Rettungsgriff aus dem Fahrzeug

Personen aus dem Gefahrenbereich retten:

- Unter den Armen hindurchgreifen und Unterarm fassen
- Mit dem Oberschenkel abstützen und aus dem Gefahrenbereich ziehen
- Lass dir von anderen helfen, wenn die Person zu schwer für dich ist



## Stabile Seitenlage

Wenn die Person atmet, aber bewusstlos ist:

- Kopf stabil in den Nacken legen, um Atemwege freizuhalten
- Der geöffnete Mund ist der tiefste Punkt; so kann Erbrochenes abfließen

Die stabile Seitenlage sichert die überlebenswichtige Atmung.

