

Erste Hilfe - Checkliste

Ruhe bewahren

Die Betroffenen, soweit es geht, aus der Gefahrenzone bringen

Sofortmaßnahmen bei Atemnot

Person in sitzende Position bringen und ihre Arme hinter dem

Oberkörper abstützen

Atemtätigkeit kontrollieren

Person beruhigen

Sofortmaßnahmen bei Atemstillstand

Person auf den Rücken legen

Atemspende durchführen

Puls kontrollieren

Sofortmaßnahmen bei Augenverätzungen

Augen mit lauwarmem Wasser ausspülen (nicht bei ätzendem Kalk)“

Sofortmaßnahmen bei Bewusstlosigkeit

Person in stabile Seitenlage bringen

Zunge aus dem Rachenraum halten

Puls und Atmung kontrollieren

Sofortmaßnahmen bei Erstickungsgefahr

Person über die eigenen Knie legen, sodass Kopf und Oberkörper nach unten zeigen

Fremdkörper mit den Fingern entfernen, eventuell Handschuhe benutzen

Sofortmaßnahmen bei Hitzschlag

Körper in den Schatten bringen

Sanft kühlen

Sofortmaßnahmen bei Ohnmacht

Person auf den Rücken legen

Beine hoch lagern

Puls und Atmung kontrollieren

Sofortmaßnahmen bei Herzstillstand

Person in Rückenlage auf eine harte Unterlage legen

Herzdruckmassage durchführen

Bei Atemstillstand zusätzlich beatmen

Sofortmaßnahmen bei Schock

Person flach auf den Rücken legen

Beine hoch lagern

Person zudecken

Puls und Atmung kontrollieren

Nichts zu essen oder zu trinken geben

Sofortmaßnahmen bei Vergiftungen

Sofort Giftzentrale alarmieren und detaillierte Angaben zur Vergiftung machen

Erwachsene Person lauwarmes Salzwasser trinken lassen, damit sie erbricht

Unfallmeldung

Folgende Angaben sollten Sie nach dem Wählen der Notrufnummer 110 machen:

Wo ist der Unfall? Geben Sie möglichst genau an, wo der

Unfall sich ereignet hat: Straße, Hausnummer, Stockwerk,

Kreuzung, Fahrtrichtung etc.

Was haben Sie gesehen?

Was ist beim Unfall genau passiert?

Wie viele Verletzte gibt es?

Grobe Beschreibung der Verletzungen: Besteht Lebensgefahr?

Angaben zu Ihrer Person

Warten Sie auf weitere Fragen