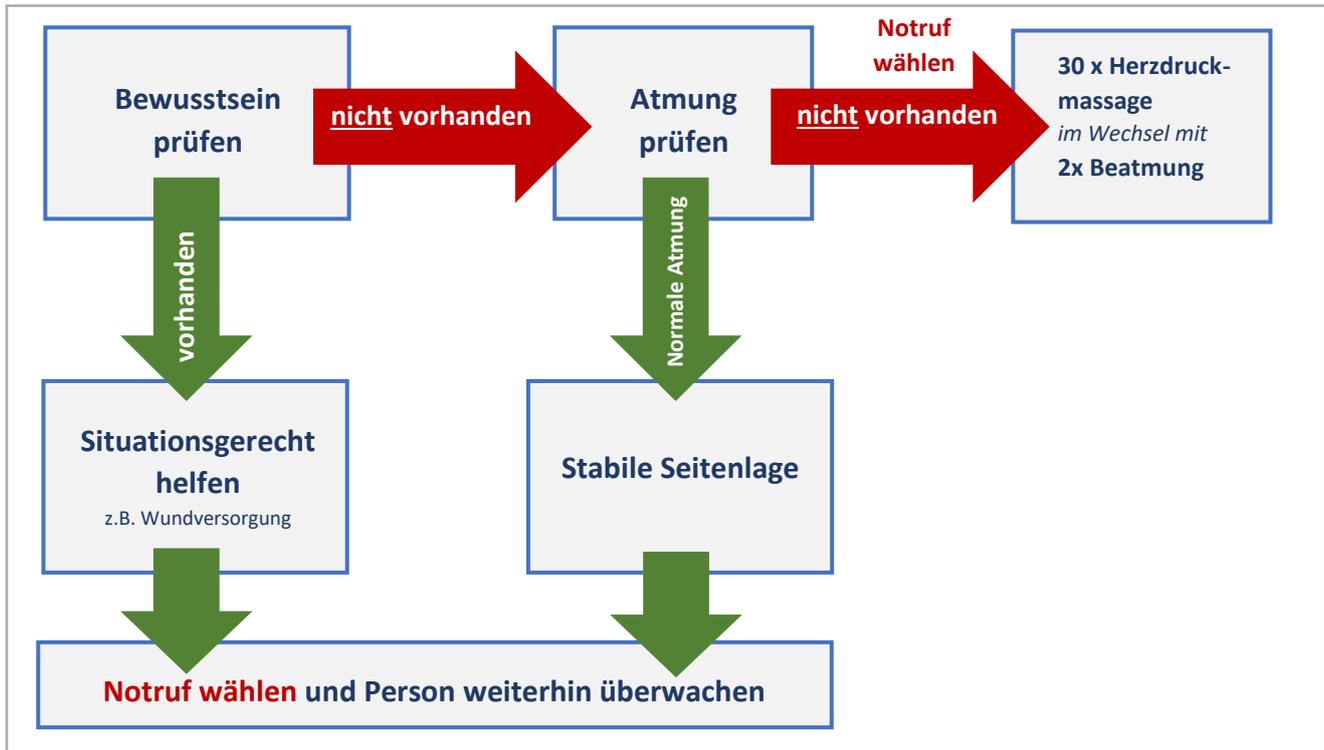


## Informationen zur Ersten Hilfe



### Notruf?

Wählen Sie die 112! Nennen Sie den Unfallort und warten Sie auf Fragen.

### Wie prüfe ich das Bewusstsein?

Sprechen Sie die Person laut an, fassen Sie sie an oder rütteln Sie! Reagiert die Person, so können Sie davon ausgehen, dass sie bei Bewusstsein ist. Prüfen Sie anschließend, ob eine normale Atmung vorhanden ist.

### Wie prüfe ich die Atmung?

Machen Sie die Atemwege frei, indem Sie den Kopf nackenwärts beugen und das Kinn anheben. Sehen/ Hören/ Fühlen Sie anschließend, ob die Person normal atmet.

### Wie bringe ich die Person in eine stabile Seitenlage?

Beine strecken. Zugewandten Arm hochlegen, abgewandten an die Wange legen. Abgewandtes Bein anwinkeln und Person vorsichtig auf zugewandten Arm drehen. Kopf überstrecken.

### Welche Grundsätze muss ich beachten?

Bewahren Sie in jedem Fall Ruhe und sichern Sie die Unfallstelle ab. Beachten Sie unbedingt Ihre eigene Sicherheit. Schätzen Sie ab, ob weitere Gefahren auf Sie und die verletzte Person einwirken können.

**Bitte helfen Sie bei einem Notfall!**