



# Erste Hilfe



## Auffinden einer Person

### Grundsätze

- Ruhe bewahren
- Unfallstelle sichern
- Eigene Sicherheit beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

### Notruf

- Wo geschah es?
- Was geschah?
- Wie viele Verletzte?
- Welche Art von Verletzungen?
- Warten auf Rückfragen!



**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



AED\* holen lassen



**30 x Herzdruckmassage** im Wechsel mit **2 x Beatmung**  
Hände in Brustmitte  
Drucktiefe 5 – 6 cm  
Arbeitstempo 100 – 120/min  
1s lang Luft in Mund oder Nase einblasen

vorhanden

normale Atmung



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



**Stabile Seitenlage**

Notruf

**Bewusstsein und Atmung überwachen**

Rettungsleitstelle (Notruf):

Ersthelfer:

Betriebssanitäter:

Erste-Hilfe-Material bei:

Erste-Hilfe-Raum:

Ärzte für Erste Hilfe:

Berufsgenossenschaftliche Durchgangsarzte:  
Info: [www.dguv.de/landesverbaende](http://www.dguv.de/landesverbaende)

Berufsgenossenschaftlich zugelassene Krankenhäuser:

**Lerne helfen – werde Ersthelfer**

Info: [www.dguv.de/ersthilfe](http://www.dguv.de/ersthilfe)

Meldung zur Ausbildung bei:

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