



# Erste Hilfe

## Unfälle und Verletzungen, was ist zu tun?

### Grundsätze

- Ruhe** bewahren
- Unfallstelle** sichern
- Eigene Sicherheit** beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

### Notruf



Die Fragen der Rettungsleitstelle beantworten und den Rettungspunkt angeben (s.u.); erst auflegen, wenn die Rettungsleitstelle dies sagt.



**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**  
Hände in Brustmitte  
Drucktiefe 5 – 6 cm  
Arbeitstempo 100 – 120/min

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

vorhanden

normale Atmung

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

**Seitenlage**



Notruf

Bewusstsein und Atmung überwachen

Rettungsleitstelle (Notruf):	<b>0 - 112</b>
zusätzlich den internen Notruf wählen:	<b>(201) 4000</b>
damit alarmieren Sie den Pedeldienst, der Sie unterstützen kann	
Erste-Hilfe-Kasten und Defibrillator: siehe die Einzeichnungen im Flucht- und Rettungsplan wenn möglich schicken Sie jemanden, der das Erste Hilfe Material zu Ihnen bringt	
Rettungspunkt für dieses Gebäude: die Stelle, an die die Rettungskräfte an dieses Gebäude anfahren; wenn möglich schicken Sie jemanden dorthin, der die Rettungskräfte dort abholen kann	
<b>A 1</b>	
beim Ausgang Seminarraum A9/10	
nächste berufsgenossenschaftliche Durchgangssärzte: Orthopädicum, Max-Planck-Str. 7 in 54296 Trier	