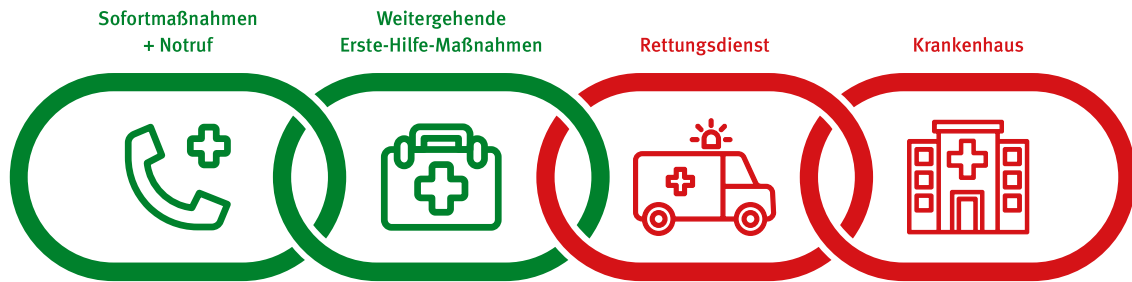


Die Rettungskette



Die Rettungskette zeigt die Reihenfolge von Hilfeleistungen nach einem gesundheitlichen Notfall oder Unfall. Integraler Bestandteil der Sofortmaßnahmen ist die Eigensicherung.

Nicht immer hat man es bei einem Unfall oder einer Erkrankung mit einer lebensbedrohlichen Situation zu tun. In jedem Fall ist es aber gut zu wissen, wie dann gehandelt werden soll.

☎ Welche konkreten **Sofortmaßnahmen** notwendig sind, hängt von der vorgefundenen Situation ab. Zu ihnen gehören:

- immer Ruhe bewahren
- immer Eigensicherung beachten
- Unfallstelle absichern/Retten aus der Gefahrenzone und das Umfeld durch Hilferufe alarmieren
- Zustand der verletzten Person prüfen
- Notruf absetzen/Rettungsdienst alarmieren
- weitere lebensrettende Maßnahmen einleiten wie Wiederbelebung



Weitergehende Erste-Hilfe-Maßnahmen

(bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes) können sein:

- eingeleitete Maßnahmen fortsetzen
- anschließende Maßnahmen wie Wundversorgung durchführen
- mit der betroffenen Person sprechen, sie beruhigen und für eine Wärmeerhaltung sorgen

Tipp: Wie das Bewusstsein der verletzten oder erkrankten Person geprüft wird und welche Sofortmaßnahmen dann zu treffen sind, ist auf dem **Erste-Hilfe-Plakat** dargestellt (siehe Seite 19). Wenn keine Atmung festgestellt werden kann, muss ein Notruf abgesetzt werden und mit der Wiederbelebung begonnen werden. Eine weitere Person soll zudem, wenn möglich, einen automatisierten externen Defibrillator (AED) organisieren. AED-Geräte geben nach dem Einschalten eine genaue Sprachanleitung, wie vorgegangen werden muss. Keine Angst vor dem Tätigwerden: Jede und jeder kann helfen!

Grundlegende Infos gibt es in der Erste-Hilfe-Ausbildung. Siehe auch DGVU Information 204-007 „Handbuch zur Ersten Hilfe“, www.dguv.de, Webcode: p204007

Bei der Herzdruckmassage kommt es auf den Rhythmus an – ideal sind 100 bis 120 Schläge pro Minute. Am besten lässt sich dieser Rhythmus einhalten, wenn man im Kopf einen dieser Songs abspielt:

- 🎵 Stayin' Alive von Bee Gees (Disco)
- 🎵 Blurred Lines von Robin Thicke feat. Pharrell Williams (Hip-Hop)
- 🎵 Highway to Hell von AC/DC (Hardrock)

26%



Rund **26 %** der meldepflichtigen Arbeitsunfälle von Beschäftigten entfallen auf **unter 30-Jährige**. Das ist mehr als jeder Vierte. Vor allem Beschäftigte unter 25 Jahren haben ein höheres Unfallrisiko als ältere.

Quelle: Referat Statistik, DGVU; bezogen auf das Jahr 2022