

**Trau dich –
Erste Hilfe
ist Ehrensache!**



ZEIT ZÄHLT!

Bei Erste-Hilfe-Maßnahmen ist Zeit häufig ein ganz entscheidender Faktor: Denn gerade in lebensbedrohlichen Situationen verschlechtern sich die Überlebenschancen des verletzten oder erkrankten Menschen mit jeder Minute. Bei einem Herzstillstand beispielsweise fängt das Gehirn bereits nach drei bis fünf Minuten an, bleibende Schäden davonzutragen, wenn es nicht mit Sauerstoff versorgt wird – bis der Rettungsdienst eintrifft, können je nach Region bis zu zwölf Minuten und mehr vergehen. Deshalb muss die Versorgung vor Ort unmittelbar bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes durch Ersthelfende beginnen und sich auf dem Transport ins Krankenhaus fortsetzen. Also: Nicht lange zögern, sondern helfen!