



# Erste Hilfe



## Auffinden einer Person

### Grundsätze

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



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

### Notruf



- Wo** ist der Notfall?
- Warten** auf Fragen, zum Beispiel:
- Was** ist geschehen?
- Wie viele** Verletzte/Erkrankte?
- Welche** Verletzungen/Erkrankungen?

**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**

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

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

**AED\* holen lassen**

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

vorhanden

**Seitenlage**

normale Atmung

**Notruf**

**Bewusstsein und Atmung überwachen**

Retungsleitstelle (Notruf):

Ersthelfer/Ersthelferin:

Betriebssanitäter/ Betriebssanitäterin:

Erste-Hilfe-Material bei:

Erste-Hilfe-Raum:

Nächste erreichbare Ärzte/Ärztinnen:

Berufsgenossenschaftliche Durchgangssärzte/Durchgangssärztinnen:

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

Nächstgelegenes Krankenhaus:



**Lerne helfen – werde Ersthelfer/Ersthelferin**

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

Meldung zur Ausbildung bei:



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

