



NOTFALLKARTE



JEMAND IST BEWUSSTLOS ?

1 PRÜFEN

An den Schultern schütteln
„HALLO ? - Verstehen Sie mich?“

KEINE Reaktion / KEINE NORMALE Atmung ?

2 RUFEN

Hilfe holen



**WO ?
WER ?
WAS ?**

3 DRÜCKEN

- ▶ 100-120 x pro Minute = ca. 2 x pro Sekunde
- ▶ Im Zweifel immer drücken

Sie können nichts falsch machen! Helfen Sie!

Bitte wenden

1 PRÜFEN

- ▶ Sprechen Sie die Person gezielt und kräftig an.
- ▶ Prüfen Sie die Atmung - Eine normale Atmung ist eine, die Sie **hören, sehen oder fühlen** können!
- ▶ Im Zweifel gehen Sie von einer nicht normalen Atmung aus!



2 RUFEN

- ▶ Schildern Sie ruhig,
 - ▶ **WO** Sie sind
 - ▶ **WAS** passiert ist
 - ▶ **Folgen Sie den Anweisungen**
- ▶ ggf. lassen Sie eine andere Person anrufen.



3 DRÜCKEN

- ▶ Wenn **keine normale Atmung** vorhanden ist, drücken Sie **fest und mittig auf den Brustkorb**
- ▶ Arme durchgestreckt, Hände übereinander
- ▶ 100 x pro Minute; 5-6 cm tief (Tennisball)
- ▶ Wechseln Sie sich alle 2 Minuten ab!
- ▶ Für geübte Helfer: Versuchen Sie eine Mund-zu-Mund-Beatmung im Wechsel 30 Herzdruckmassagen zu 2 Beatmungen (30:2)

