

Anleitung 1



A) WIEDERBELEBUNG IN NUR 3 SCHRITTEN

1 Auffinden & überprüfen...

Knie dich seitlich daneben.

Sprich die Person laut an.
Rüttle an den Schultern.

Fasse unter das Kinn und an die Stirn. Überstrecke den Kopf nackenwärts.

Kontrolliere (wie gezeigt) 10 Sekunden lang die Atmung: **Sehen, Hören, Fühlen!**

KEINE REAKTION?

KEINE (NORMALE*) ATMUNG?

2 Hilfe rufen & Notruf 112...

Wenn möglich: Rufe dir Hilfe dazu.

Sprich die Personen direkt an. (Sie mit dem schwarzen Shirt, ...).

TIPP Bist du alleine: Stelle das Handy auf Lautsprecher.

Rufe den Rettungsdienst (Notruf 112)...

...oder gibt jemandem diese Aufgabe.

3 starte: Herzdruckmassage

Entferne evtl. störende/dicke Kleidung (Reißverschlüsse, Jacken).

...lege dann die andere Hand darüber. Beginne zu ...

Lege einen Handballen in die Mitte der Brust (= untere Hälfte des Brustbeins)...

...DRÜCKEN

- 5-6 cm tief
- 100-120 Mal/Min.
- Entlaste den Brustkorb jedes Mal
- Höre nicht auf

Bringe deinen Schultern über den Brustkorb.

Halte die Arme gerade (durchgestreckt).

Das ist schon das Wichtigste.

Mehr?

[» Wiederbelebung mit Beatmung] [» Anwendung eines AED]