



B) WIEDER-BELEBUNG 30 : 2 - MIT MUND-ZU-MUND-BEATMUNG

1 Auffinden & überprüfen...



Sprich die Person laut an.

Rüttle an den Schultern.

Knie dich seitlich daneben.

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

KEINE REAKTION?

KEINE (NORMALE*) ATMUNG?

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

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: 30x Herzdruckmassage



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

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



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

...DRÜCKEN

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

Bringe deine Schultern über den Brustkorb.

Halte die Arme gerade (durchgestreckt).

Auf der Rückseite geht es weiter >>



B) WIEDER-BELEBUNG 30 : 2 - MIT MUND-ZU-MUND-BEATMUNG



4 ^{2x} Atemspende durchführen



Atemspenden

- 2 Mal (nicht öfter!) gleichmäßig, normal ausatmen und in dem Mund pusten.
- hebt sich der Brustkorb 1 Sekunde, ist die Beatmung effektiv.

Herzdruckmassage nicht länger als 10 Sekunden unterbrechen.

Fasse an Stirn und Kinn und überstrecke den Kopf nackenwärts.



Halte den Kopf in dieser Position fest.



Verschließe die Nasenlöcher. Atme normal ein und umschließe den Mund der Person vollständig.

Anschließend Herzdruckmassage fortsetzen, im Wechsel mit der Beatmung im Verhältnis 30 : 2. Nicht aufhören, bis Hilfe eintrifft oder ca. alle 2 Minuten abwechseln.

Du willst dein Wissen überprüfen?

Scanne den QR-Code oder folge dem Link.



ZUORDNUNG

[Leben retten:

Was passt zusammen?]

[HTTPS://LEARNINGAPPS.ORG/WATCH?-V=PWX91163J20](https://learningapps.org/watch?v=PWX91163J20)

MULTIPLE CHOICE QUIZ

[Leben retten:

Gewusst wie?!]

[HTTPS://LEARNINGAPPS.ORG/WATCH?-V=PS9D5GFA320](https://learningapps.org/watch?v=PS9D5GFA320)



Immer
im Wechsel

Lieber etwas einfacher? [» Wiederbelebung ganz einfach]
Mehr? [» Anwendung eines AED]