

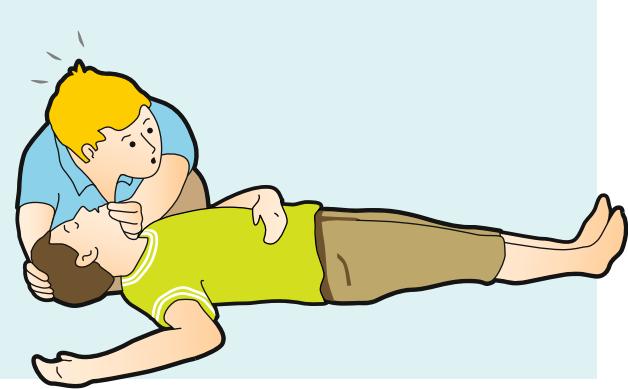
# Rettungsschema

Das Rettungsschema zeigt Ihnen, was Sie in einem Notfall in welcher Reihenfolge unternehmen sollten.

- 1** Wenn Sie an eine verunglückte Person herantreten, ist die erste Maßnahme, das Bewusstsein des Betroffenen zu prüfen (siehe „Bewusstlosigkeit“, S. 22).



- 2** Ist der Betroffene ohne Bewusstsein, setzen Sie als Erstes den **Euronotruf 112** ab! Überprüfen Sie dann die Atmung (siehe „Atemkontrolle und Atemspende“, S. 26).



- 3** Ist der Betroffene bei Bewusstsein, kümmern Sie sich situationsgerecht um ihn: Leisten Sie Erste Hilfe, setzen Sie ggf. einen Notruf ab und bleiben Sie bei ihm, bis Hilfe eintrifft.



- 4** Wenn Sie bei einer bewusstlosen Person die Atmung nicht sofort feststellen können, beginnen Sie mit der Herzdruckmassage (siehe „Wiederbelebung“, S. 28).



- 5** Atmet der Betroffene regelmäßig, bringen Sie ihn in die stabile Seitenlage (siehe „Stabile Seitenlage“, S. 24), überstrecken Sie seinen Kopf, halten Sie die Atemwege frei und überwachen Sie die Atmung, bis Hilfe eintrifft.



## Notruf so schnell wie möglich absetzen!

In Großstädten benötigt der Notarzt bis zu 12 Minuten und auf dem Land bis zu 20 Minuten oder mehr, bis er am Notfallort eintrifft. Für die betroffene Person zählt aber jede Minute, denn ohne effektive Erste-Hilfe-Maßnahmen sinkt ihre Überlebenschance rasant – und gleichzeitig steigt die Wahrscheinlichkeit von bleibenden Schäden. Sie können den Mitarbeiter der Notrufzentrale bitten, Sie über das Telefon bei den weiteren Maßnahmen zu unterstützen: „Sagen Sie mir jetzt, was ich tun soll, bis die Rettungskräfte eintreffen.“

## Bewusstlosigkeit und Atmung

Da Bewusstlosigkeit oft mit einer Funktionsstörung des Gehirns (Sitz des Atemzentrums) und einem Kontrollverlust über die Muskulatur – auch der Atemmuskulatur – einhergeht, gilt dieser Zustand als besonders bedrohlich und erfordert schnelles Umlagern in die Seitenlage, um die Atmung zu unterstützen. Der Tod durch Ersticken ist leider der schnellste Tod – er tritt bereits nach nur wenigen Minuten ein. Im Gegensatz dazu haben schwere Blutungen, Herzinfarkt und Schlaganfall ein deutlich längeres Überlebensfenster.

Nehmen Sie sich etwas Zeit und versuchen Sie, sich die einzelnen Schritte gut einzuprägen. Nähere Erklärungen zu den Maßnahmen finden Sie in den jeweiligen Kapiteln.