

# NOTRUF HS-BOCHUM

**NOTRUF  
LEITWARTE**

**3333**

**NOTRUF  
LEITWARTE**

**HANDY 0234/32 23333**

Giftnfo NRW  
Bonn  
0228-19 240

schneller  
NOTRUF  
**3333**

- Wo?
- Was?
- Wie viele?
- Welche Verletzungen?
- Warten

## Die goldenen 5 Minuten der Ersten Hilfe



### Betreuen und versorgen

- starke Blutung**
  - hochlagern, aufpressen, abdrücken • Druckverband anlegen
  - Schock bekämpfen • Vitalzeichen kontrollieren
- Schock**
  - Ruhe • Beine erhöht lagern • Wärme erhalten
  - Vitalzeichen kontrollieren
- Herzinfarkt und Schlaganfall**
  - Ruhe • Oberkörper aufrecht lagern • Vitalzeichen kontrollieren

## Aufsichtspflicht und Selbstschutz? Sofort handeln!

### Sichere Atmung?

- Mundraum freimachen • Kopf überstrecken • hören, fühlen, sehen

### Seitenlage

- über den Schwerpunkt lagern
- Kopf überstrecken
- Mund tiefster Punkt und geöffnet
- Wärme erhalten

### Reanimation

- 30 x Kompression : 2 x Beatmung
- Kompression Mitte des Brustbeins
- Drucktiefe rhythmisch 4-5 cm
- Beatmung 1 Sek. /Kopf überstreckt

- Schutzhelm abnehmen
- Retten aus Gefahr

schneller  
NOTRUF  
**3333**

- Wo?
- Was?
- Wie viele?
- Welche Verletzungen?
- Warten