

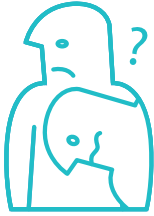
JEDER auf der Welt
kann ein
LEBEN retten



16. Okt. 2019

Weltweiter Tag der Wiederbelebung

Wir erhöhen das Bewusstsein für Herz-Kreislaufstillstände



1. PRÜFEN

Vergewissern Sie sich, dass Sie sich ohne Gefahren nähern können:

- Überprüfen Sie, ob die kollabierte Person antwortet.
- Neigen Sie den Kopf nach hinten, heben Sie das Kinn und kontrollieren Sie die Atmung.
- Wenn die Person nicht, oder nicht normal atmet, ist eine Herzdruckmassage erforderlich.



2. RUFEN

- Rufen Sie 112 an und folgen Sie den Anweisungen.
- Wenn jemand anwesend ist, der helfen kann, bitten Sie ihn 112 anzurufen und wenn möglich einen Defibrillator zu holen.
- Die Herzdruckmassage ist das Wichtigste für das Überleben. Unterbrechen oder verzögern Sie sie deshalb nicht.



3. DRÜCKEN

- Legen Sie beide Hände auf die Mitte des Brustkorbes.
- Drücken Sie 100-120 mal/min 5 bis max. 6 cm tief zum Rhythmus von "Stayin' Alive".
- Falls Sie geschult sind, geben Sie immer zwei Atemspenden nach 30 Kompressionen, andernfalls drücken Sie kontinuierlich weiter auf die Brust.
- Drücken Sie fest und schnell. Keine Sorge, Sie können keinen Schaden anrichten.
- Wenn ein Defibrillator verfügbar ist, schalten Sie diesen sofort ein und folgen Sie den Anweisungen.
- Wenn die Rettungskräfte eintreffen, drücken Sie solange weiter bis Sie aufgefordert werden aufzuhören.
- Gut gemacht! Etwas zu tun, um jemandem das Leben zu retten, ist IMMER besser als nichts zu tun!

Eine Initiative von



EUROPEAN
RESUSCITATION
COUNCIL
www.erc.edu



INTERNATIONAL LIAISON COMMITTEE
ON RESUSCITATION
ILCOR
www.ilcor.org



WWW.ILCOR.ORG/WRAH
[#worldrestartaheartday](https://twitter.com/worldrestartaheartday)