

Du siehst eine Person ohne Bewusstsein –
so reagierst du richtig:

1 Stell dir vor, du siehst eine bewusstlose Person.
Was tust du?

- Ich kitzle sie.
- Ich gehe weiter.
- Ich spreche die Person an und schüttele sie.



2 Die Person reagiert nicht. Was tust du?

- Nichts.
- Ich bitte einen Erwachsenen um Hilfe.
- Ich bitte jemanden, ein Foto zu machen.



3 Wen rufst du an, wenn niemand da ist,
den du um Hilfe bitten kannst?

- Meine Freunde. Das muss ich ihnen erzählen.
- Die Rettung unter der Notrufnummer 144.
- Das Fundbüro. Ich habe ja jemanden gefunden.



4 Was tust du dann?

- Ich schaue, ob die Person normal atmet.
- Ich kitzle die Person mit meinen Haaren.
- Ich rieche, ob sie Mundgeruch hat.



Wenn die Person nicht atmet oder wenn du dir nicht sicher bist, ob sie atmet: Rufe Hilfe und mach die Herzdruckmassage

5

So einfach geht's:

Die Handflächen übereinander auf den Brustkorb legen und die Arme durchstrecken.

Dann drückst du kräftig und rasch immer wieder fest auf den Brustkorb. 100-mal pro Minute. Das machst du, bis die Rettung kommt.

Mit der Herzdruckmassage hilfst du dem Herzen:

Du pumpst Blut durch den Körper. So werden Gehirn und Organe mit lebenswichtigem Sauerstoff versorgt.

Und keine Angst: Zu viel Herzdruckmassage ist unmöglich. Die Herzdruckmassage rettet Leben.



6

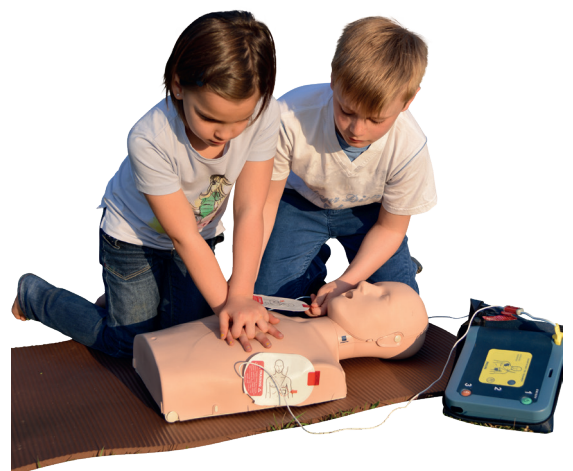
Ist ein Defi in der Nähe?

Lass dir den Defi bringen und schalte ihn ein. Er spricht zu dir und sagt dir, was zu tun ist – folge einfach den Anweisungen.

Mit einem Schock (Stromimpuls) kann der Defi das Herz wieder zum Schlagen bringen.

Wichtig:

Das Defi-Zeichen hilft dir, einen Defi zu finden. Der Defi ersetzt nicht die Herzdruckmassage.



Welche Farben hat das Defi-Zeichen?

Merke dir diese 3 Schritte!

Rettung (144) rufen

Herzdruckmassage

Defi einsetzen

