

Notfall-ABC

PRÜFEN

- Sprechen Sie die Person an: „Hören Sie mich?“
- Schütteln Sie an den Schultern: Keine Reaktion?
- Achten Sie auf die Atmung: Keine Atmung oder keine normale Atmung (Schnappatmung)?



RUFEN

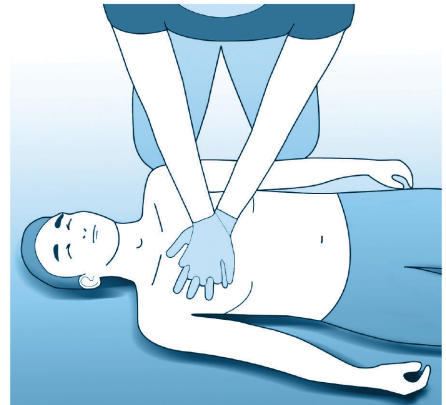
Rufen Sie 112 an

Oder veranlassen Sie eine andere Person zum Notruf
Wenn möglich, stellen Sie den Hörer auf laut.

DRÜCKEN

Drücken Sie fest und schnell. Beginnen Sie sofort mit der Herzdruckmassage:

- Machen Sie den Brustkorb frei
- Legen Sie den Ballen Ihrer Hand auf die Mitte der Brust, den Ballen Ihrer anderen Hand darüber
- Verschränken Sie die Finger. Halten Sie die Arme gerade und gehen Sie senkrecht mit den Schultern über den Druckpunkt, so können Sie viel Kraft ausüben
- Drücken Sie das Brustbein 5 - 6 cm nach unten
- Drücken Sie 100 bis 120 mal pro Minute
- Hören Sie nicht auf, bis Hilfe eintrifft
- Geschulte Helfer sollen die Mund-zu-Mund-Beatmungen im Verhältnis von 30 Herzdruckmassagen zu 2 Beatmungen durchführen.



Wichtige Telefonnummern

Polizei: 110

Feuerwehr: 112

Notarztwagen, Rettungsdienst: 112

Zahnärztlicher Notdienst: 0180/504 03 08

Giftnotruf: 06131/19240

Apothekennotdienst: 01805/258825-xxxxx (+PLZ des Standortes)

Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117

An Wochenenden von Freitag 18 Uhr bis Montag 8 Uhr, an allen Feiertagen beginnend am Vortag um 18 Uhr.

Wenn ein Feiertag auf einen Donnerstag fällt, beginnt der Ärztenotfalldienst am Mittwoch 14 Uhr und endet am Freitag 8 Uhr.

Telefon: 116117

Augenärztlicher Notdienst: 01805/112060

Kinderärztlicher Notdienst: 01805/112056



SCHON GEWUSST?

Wir möchten Sie an dieser Stelle darauf aufmerksam machen, die Nummern des ärztlichen Bereitschaftsdienstes nicht mit dem Rettungsdienst zu verwechseln. Bei Notfällen wie Schlaganfall, Herzinfarkt und schwere Unfälle rufen Sie den Rettungsdienst unter der 112 an.