Erste Hilfe

Grundsätze

Ruhe bewahren
Unfallstelle sichern
Eigene Sicherheit beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

Notruf

Wo ist der Notfall?
Warten auf Fragen, zum Beispiel:
- **Was** ist geschehen?
- **Wie viele** Verletzte/Erkrankte?
- **Welche** Verletzungen/Erkrankungen?



Bewusstsein prüfen
laut ansprechen,
anfassen, rütteln

nicht vorhanden

um Hilfe rufen

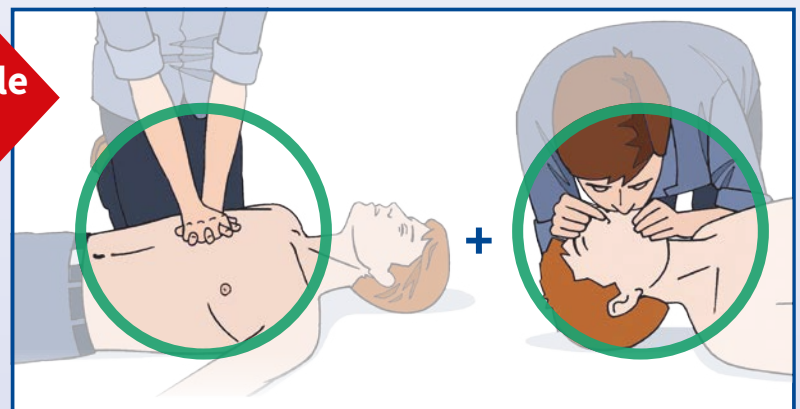


Atmung prüfen
Atemwege freimachen,
Kopf nackenwärts beugen,
Kinn anheben,
sehen/hören/fühlen

keine normale Atmung

Notruf

AED* holen lassen

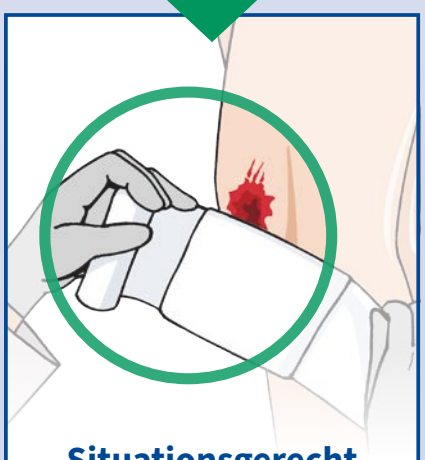


30 x Kompression
Hände in Brustmitte
Drucktiefe 5 – 6 cm
Arbeitstempo 100 – 120/min

im Wechsel mit

2 x Beatmung
1 s lang Luft
in Mund oder
Nase einblasen

vorhanden



Situationsgerecht helfen
z.B. Wunde versorgen

normale Atmung



Seitenlage

Notruf

Bewusstsein und Atmung überwachen / Wärmeerhalt

Rettungsleitstelle (Notruf):
Ersthelfer/Ersthelferin:
Betriebssanitäter/ Betriebssanitäterin:
Erste-Hilfe-Material bei:
Erste-Hilfe-Raum:
Nächste erreichbare Ärzte/Ärztinnen:
Berufsgenossenschaftliche Durchgangsärzte/Durchgangsärztinnen: Info: diva-online.dguv.de
Nächstgelegenes Krankenhaus:

Lerne helfen – werde Ersthelfer/Ersthelferin
Info: www.dguv.de/fb-erstehilfe

Meldung zur Ausbildung bei:

*** Sofern verfügbar – den Anweisungen des „Automatisierten Externen Defibrillators“ (AED) folgen.**

DGUV Information 204-003 „Erste Hilfe“, Ausgabe Juli 2026 • Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV), Glinkastraße 40, 10117 Berlin, www.dguv.de