



ERSTE HILFE

kurz & knapp



Wir helfen
hier und jetzt.

 **ASB**
Arbeiter-Samariter-Bund



ERSTE HILFE

Rufnummern

Kassenärztlicher Bereitschaftsdienst

116 117

Giftinformationszentrale

0361 / 730 730

Notruf | Rettungsdienst und Feuerwehr

112

Erste-Hilfe-Ausbildung

0351 / 41 82 141

ASB Dresden & Kamenz gGmbH

Ausbildung / Erste Hilfe

Leutewitzer Ring 84 | 01169 Dresden

Telefon 0351 4182 141

erstehilfe@asb-dresden-kamenz.de

[asb-dresden-kamenz.de](https://www.asb-dresden-kamenz.de)



ERSTE HILFE

kurz & knapp

- 4 | **Herzinfarkt**
- 5 | **Schock**
- 6 | **Krampfanfall**
- 7 | **Vergiftung**
- 8 | **Fremdkörper verschluckt**
- 9 | **Verätzung/Verbrennung**
- 10 | **Stabile Seitenlage**



Anzeichen



Maßnahmen

4 | Herzinfarkt



- Brustschmerz
- Engegefühl
- ausstrahlender Schmerz
- Blässe
- kalter Schweiß
- Angst
- Atemnot



- beruhigen
- Anstrengung vermeiden
- Oberkörper hoch lagern
- enge Kleidung lockern
- Notruf 112

Bereits wenige dieser Anzeichen können Hinweise auf einen Herzinfarkt sein.



ERSTE HILFE
kurz & knapp



- Blässe
- Angst/Unruhe
- verwirrt/benommen
- Frieren/Zittern
- kalter Schweiß



- beruhigen/betreuen
- Schocklagerung (Beine hoch)
- Wärmeerhalt
- Ursache beheben
- Notruf 112

6 | Krampfanfall



- zuckende/schlagende Bewegungen
- verkrampfter Körper
- Bewusstlosigkeit
- Blaufärbung



- vor Verletzungen schützen
- Anfallsdauer notieren
- Notruf 112
- Reize reduzieren
- bei Bewusstlosigkeit: stabile Seitenlage
- nach dem Krampf: Ruhe geben





- Bei Wesensveränderung o. Ä. sofort **Notruf 112**
- Ansonsten kann auch die **Giftinfozentrale (Tel. 0361 / 730 730)** befragt werden.
- kein Erbrechen auslösen

8 | Fremdkörper verschluckt



- Husten/Würgen
- Blaufärbung
- Halsgriff
- Angst/Unruhe
- Atemnot



- nach vorn beugen und kräftig husten lassen
- 5 Schulterschläge
- 5 Oberbauchkompressionen (Arztvorstellung!)
- ggf. Notruf 112



Verätzung/Verbrennung | 9



- Hautrötung
- Schmerzen
- oberflächliche Hautschädigung
- Blasenbildung
- tiefere Gewebsschäden



- bei kleiner Fläche mit Wasser spülen
- Hausarzt oder ggf. Notruf 112

10 | Stabile Seitenlage

1

Ruhig herantreten, laut und deutlich ansprechen, an die Schulter fassen und leicht rütteln



2

Kopf nehmen und nach hinten überstrecken (Atemwege freimachen), Ohr dicht über Nase und Mund mit Blickrichtung Brustkorb (hören, sehen, fühlen)

Kind bis ca. 1 Jahr Kopf in Neutralstellung (Nase ist der höchste Punkt) und dann prüfen



3

Arm zur Seite (winkeln), gegenüberliegenden Handrücken an die Wange und festhalten (kuscheln), gegenüberliegendes Bein anstellen



4

Auf die Seite drehen

für Kinder bis 1 Jahr Bauchlage, Kopf etwas zur Seite drehen, Mund öffnen, regelmäßige Kontrolle der Atmung, **Notruf 112**



5

Kopf nehmen und nach hinten überstrecken (Atemwege freimachen), Mund öffnen, erneute Atemprüfung



6

Regelmäßige Kontrolle der Atmung aller 2 min, **Notruf 112**

