

- Verletzten nur zu zweit zum Arzt oder Krankenhaus bringen
- Keine Medikamente verabreichen, auch nicht Aspirin. Patient darf es selber tun.
- Im Zweifel 112 Anrufen, und fragen was zu tun ist. Die Verantwortung liegt dann bei der Rettung
- Im Verbandsbuch jede kleinste Verletzung eintragen, da sonst keine Hilfe der BG zu erwarten.
- Helm beim Motorradfahrer muss immer ab.
- 10-15 sekunden ohne Sauerstoff und der Patient wird bewusstlos.
- Bewusstlos: Kopf nach hinten über strecken, damit die Zunge die Atemwege nicht blockiert.
- 3 Minuten ohne Sauerstoff ergibt meist bleibende Schäden (Hypoxie)
- Eigenschutz: ... geht immer vor. Handschuhe, Warndreieck oder Warnweste
Der Helfer ist lt. Gesetz auch nur verpflichtet in dem Umfang zu helfen, den er persönlich leisten kann. (z.B. Heben schwerer Personen)
TIP: Gelbe Ü-Ei-Box mit zwei passenden Handschuhen vom Arzt füllen.
So hat man immer welche dabei

Warndreieck sollte man aufbauen können. Also mal vorher üben.
- Rettungskette:
 - Warndreieck aufstellen 100m vom Unfallort
 - Eigenschutz (Handschuhe/Sicherheitsweste...)
 - Notruf
 - Sofortmaßnahmen (Befragung z.b. Medikamente, Schmerzen...)
 - Erste Hilfe
 - Rettungsdienst
 - Krankenhaus
- Blass werden: Patient auf den Boden legen und Beine hoch
- Schock Anzeichen: Blässe, Zittern, Kalter Schweiß, Schwindel, Übelkeit **LEBENSGEFAHR**
- Beatmen:
 - Atmung prüfen für 10 sekunden (Sehen Hören Fühlen)
 - Kopf nach hinten
 - 30x in der Mitte des Brustbeins drücken
 - 2x Beatmen (Brustkorb beobachten. Der muss sich heben)
- Atmung: Der Mensch atmet 21% Sauerstoff ein und 17% wieder aus
- Blut: Jeder Mensch hat ca. 80ml pro Kg Körpergewicht

- 5W:
 - WO ist was passiert ? Notfallort, Straße, Ortsbeschreibung, markante Punkte
 - WAS ist passiert ? Kurze Schilderung der Notfallsituation
 - WIE VIELE Verletzte oder Erkrankte sind betroffen ?
 - WELCHE Verletzungen bzw. Erkrankungen liegen vor?
 - WARTEN auf Rückfragen

- Defibrilator: Eine Zusatzoption gegen Herzflimmern. Eine zweite Person muss ihn holen. Vorrangig mit Wiederbelebung beginnen.

- Verschlucken: 5x zwischen die Schulterblätter hauen. Oberkörper dabei nach vorne

- Verletzungen am Oberkörper: Gehirn, Lunge, Herz, Brust... Oberkörper aufrichten
- Asthma (Verengung der Bronchen): Luft verschaffen/Fenster auf, Oberkörper/Hals frei machen

- Herzinfarkt: (vorstufe Angina Pectoris) Übelkeit, Schwitzen, Linker Arm tut weh, Ziehen in der Brust, Todesangst... ebenfalls Luft und Hals freimachen.

- Schlaganfall: Lähmung, Aussetzer, Sprachstörungen
 - F ace
 - A rms
 - S peache
 - T ime Zeit in der geholfen werden kann sind 4-6Std

- Sonnenstich: Hirnwasser wird warm. Dadurch quetschungen. Also aus der Sonne

- Krampfanfall: Alles aus dem Weg räumen/Verletzungsgefahr minimieren und Rettung rufen

- Schaulustige: Mit einspannen, der Rest geht von alleine.

- Psychiaterrischer Notfall: Schützen, Entlasten und Unterstützen. Beim Rettungsruf mit angeben