

# Was tun im Notfall?

**Ruhe bewahren.**

**Nach Ampel-Schema vorgehen:**

## 1. Schauen

- Was ist geschehen?
- Wer ist beteiligt?
- Wer ist betroffen?
- Gibt es Verletzte?

## 2. Denken

- Besteht Gefahr für Verunfallte, Helfende, andere Personen?
- Wie berge ich Verunfallte, mit welchen Mitteln?

## 3. Handeln

- Selbstschutz (z. B. Warnweste)
- Unfallort sichern und Verunfallte bergen.
- Tel. Rettungskräfte alarmieren.
- Erste Hilfe leisten bis Rettungskräfte eintreffen.

## Eigene Angaben

Vorname, Name, Geburtsdatum:

.....

Allergien, Erkrankungen, Medikamente?

.....

.....

.....

Eigene Mobiltelefon-Nr./Telefon-Nr. Angehörige:

.....

.....

Arbeitgeber/Firma, Telefon-Nr.:

.....

.....

Einsatzort/Arbeitsort/Koordinaten:

.....

.....

Zugang für Rettungskräfte:

.....

# Erste Hilfe, Schritt für Schritt

## A. Person atmet und reagiert



- Wünsche, Bedürfnisse?
- Medizinische Angaben?
- Blutungen?
- Schmerzen?
- Allenfalls **Notruf 144**

## B. Person atmet, zeigt aber keine Reaktion (bewusstlos)



- Person in stabile Seitenlage bringen und Atemwege freimachen.
- **Notruf 144** alarmieren.
- Atem der Person permanent kontrollieren bis die Ambulanz eintrifft.
- Falls Atem aussetzt, Wiederbelebung → C.



## C. Person atmet nicht oder abnormal



- **Notruf 144**
- **Wiederbelebung**

### 1. Herzmassage:

Person auf Rücken legen und Brustkorbmitte 30 Mal schnell hintereinander 5–6 cm tief eindrücken.



### 2. Beatmen:

Atemwege freimachen und mit 2 Atemstößen durch die Nase beatmen.

### 3. Wiederholen:

Punkt 1 und 2 so lange wiederholen bis Rettungskräfte eintreffen.



### 4. Defibrillator:

Wenn ein Defibrillator (AED) vorhanden ist, Gerät einschalten und Anweisungen befolgen.

## Holen Sie rasch Hilfe

### Notrufnummern Rettungskräfte

Alle Notrufnummern können in der Schweiz auch mit einem gesperrten Mobiltelefon gewählt werden.

- 112**    Europäischer Notruf  
          (inkl. Schweiz)
- 117**    Polizei
- 118**    Feuerwehr/Bergung
- 144**    Ambulanz/Arzt
- 1414**   Luftrettung/Rega

### Was melde ich den Rettungskräften?

Wo ist der Unfallort?

Wer ruft an (Name)?

Was ist passiert, wann?

Wie viele Personen sind betroffen?

Wie ist die Situation vor Ort?

Bestehen weitere Gefahren?

Beenden Sie den Anruf erst, wenn die Notfallorganisation bestätigt, Sie verstanden zu haben.

## Ambulanz/Arzt

Tel. 144



## Luftrettung/Rega

Tel. 1414

Luftrettung auf eventuelle Landehindernisse wie Seilbahnen, Strom- oder Telefonleitungen hinweisen.



## Feuerwehr/ Bergung

Tel. 118

