



# Erste Hilfe



## Auffinden einer Person

### Grundsätze

**Ruhe** bewahren  
**Unfallstelle** sichern  
**Eigene Sicherheit** beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

### Notruf **112**



**Wo** ist der Notfall?  
**Warten** auf Fragen, zum Beispiel:  
**Was** ist geschehen?  
**Wie viele** Verletzte/Erkrankte?  
**Welche** Verletzungen/Erkrankungen?  
**Leitwarte informieren: Tel: 07**



**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 Herzdruckmassage**  
Hände in Brustmitte  
Drucktiefe 5 – 6 cm  
Arbeitstempo 100 – 120/min

**2 x Beatmung**  
im Wechsel mit  
1 s lang Luft  
in Mund oder  
Nase einblasen



vorhanden



normale Atmung

**Situationsgerecht helfen**  
z.B. Wunde versorgen

**Seitenlage**



Notruf



**Bewusstsein und Atmung überwachen**

Rettungsleitstelle (Notruf):	<b>112</b>
Ersthelfer/Ersthelferin:	siehe Liste auf Notfall- und Alarmplan
Erste-Hilfe-Material bei:	neben den Aufzügen & im Erste-Hilfe-Raum
Erste-Hilfe-Raum/AED*	1. Ebene, MZH 1170
Berufsgenossenschaftliche Durchgangsarzte/ Durchgangsarztinnen:	<b>Dr. Heitmann (Unfallchirurgie)</b> Schwachhauser Heerstraße 367 Mo-Fr 08:00-10:00 Uhr
	Tel: 01 49 00 90 Mobil: 0421 49 00 90
BG-Unfallambulanz am Airport Bremen	Industriestraße 3 Mo-Fr: 08:00-18:00 Uhr
	Tel: 01 59 86 060 Mobil: 0421 59 86 060
Nächstgelegenes Krankenhaus:	St. Joseph-Stift, Schwachhauser Heerstraße 54 Tel: 0421-3470

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