

Wichtige Information!

Sie sollten Ihre Kenntnisse in Erster Hilfe von Zeit zu Zeit wieder auffrischen, daß sie im **Notfall** für die praktische Anwendung **sofort** abgerufen werden können.

Lesen Sie deswegen öfter mal in Ihrem Lernwerk „Erste Hilfe, leicht gemacht“ und wiederholen Sie die praktischen Maßnahmen: **Blutstillen – Beatmen – Lagern – Rautekgriff**

Besuchen Sie alle drei Jahre einen **Wiederholungslehrgang** beim Bayerischen Roten Kreuz.

Das Lernwerk „Erste Hilfe, leicht gemacht“ erhalten Sie bei Ihrem Kreisverband des BRK oder bei der RK-Werbe- und Vertriebsgesellschaft, Holbeinstraße 11, 8000 München 86

Wenn Sie in Not sind, dann rufen Sie die

110

oder die Nummer der Rettungsleitstelle

2222

Wir brauchen **Ihre** Hilfe, damit **wir** helfen können.



Werden Sie deshalb förderndes Mitglied des Bayerischen Roten Kreuzes

Erste Hilfe Ausweis

Das Zeichen für Hilfe in Not



Bayerisches Rotes Kreuz

Hiermit wird bescheinigt, daß Herr/Frau

Michael Lichtblau

Vorname Zuname

09.11.1969

geboren am

8782 Karlstadt, Angerstr. 2

wohnhaft in

09.05.1984 - 01.06.1984

in der Zeit vom

bis

an einem Lehrgang in Erster Hilfe teilgenommen hat.

29/84

29/27

Lehrgangs-Nr.

Teilnehmer-Nr.



Ausbildender Arzt

Ausbilder

Gemünden, 01.06.1984
Ort, Datum

BRK-Kreisverband

Erste Hilfe leicht erlernen und Wissen behalten mit dem Lernwerk **Erste Hilfe**

leicht gemacht!

Ursachen, die zu einem Notfall führen können:

▶ Unfälle
akute Erkrankungen
Vergiftungen

Wichtige Grundsätze der Ersten Hilfe

▶ Ruhe bewahren und sicher auftreten.
Feststellen, wer zuerst Hilfe braucht und was sofort zu tun ist.
Unfallort absichern.

Menschen retten

▶ Rautekgriff

Schwere Blutungen

▶ Abdrücken, Druckverband, Abbinden

Atemstillstand

▶ Atemspende durchführen

Schock bekämpfen

▶ Schocklage, Wärmeerhaltung

Richtige Lagerung

▶ dem Zustand entsprechend

Notruf veranlassen

▶ Telefon oder Notrufsäulen
Die „5-W“ im Notruf:
Wo – Was – Wieviel – Welche – Wer

Verletzten betreuen

▶ Beruhigen, Zuspruch

Vergiftungen

▶ Erste Hilfe leisten, im Zweifelsfalle eine Giftnotrufzentrale anrufen
München (089) 41 4022 11
Nürnberg (0911) 3982451

Verbrennungen

▶ Kaltwasseranwendung,
Brandwunden keimfrei abdecken

Wunden

▶ Keimfreie Abdeckung

Knochenbrüche

▶ Ruhigstellen