

Urdu  
اردو



# Der kleine Rotkreuzhelfer

چھوٹا ریڈ کراس مددگار



# Notruf 112

## ایمرجنسی ٹیلیفون نمبر 112

Notruf 112 (Feuerwehr und Rettungsdienst)

Legen Sie nicht einfach auf – warten Sie auf Rückfragen.

Im Notfall erhalten Sie hier Anleitung zur Ersten Hilfe.

ایمرجنسی ٹیلیفون نمبر 112 (آگ اور ریسکیو سروس) اپنا کال ختم کرنے سے پہلے - سوالات کے لئے انتظار کریں ہنگامی صورتحال میں، یہاں ابتدائی طبی امداد کے بارے میں ہدایات ملے گی



# Verhalten an der Unfallstelle

## حادثے کی جائے وقوعہ پر برتائو

Eigenschutz beachten und sich nicht unnötig in Gefahr bringen

Unfallstelle:

- Warnblinker einschalten
- Gut erkennbar am Straßenrand anhalten
- Sicherheitsweste anziehen
- Warndreieck aufstellen

Überblick verschaffen

Erste Hilfe leisten

اپنی حفاظت کے بارے میں خیال رکھیں  
حادثے کی جائے وقوعہ

- انتباہ اشارے کے لائٹیں چالو کر دیں
  - سڑک کے کنارے گاڑی اس طرح کھڑا کر دیں  
کہ اسے پہچانا جا سکے
  - حفاظتی کوٹ پہن لیں
  - انتباہ اشارے کے لائٹیں چالو کر دیں
- مجموعی طور پر صورت حال کاجائزہ لیں  
ابتدائی طبی امداد فراہم کریں



# Retten aus Gefahr

## خطرے سے بچاؤ کریں

### Betroffenen aus dem Gefahrenbereich retten

- Unter seinen Armen hindurchgreifen und einen Unterarm fassen
- Betroffenen mit dem Oberschenkel abstützen und ihn aus dem Gefahrenbereich retten

Sich von anderen helfen lassen, wenn der Betroffene zu schwer ist

- حادثے سے متاثر لوگوں کو خطرے کے علاقے سے باہر نکالیں
- باہوں کے نیچے سے اپنی ہاتھیں نکال کر اس کے بازوؤں کو پکڑ لیں
  - متاثر شخص کو اوپری ٹانگ پر حمایت کرتے ہوئے خطرے کے علاقے سے باہر لے جائیں
- اگر شخص بہت بھاری ہو تو دوسروں سے مدد حاصل کریں



# Kontrolle der Lebensfunktionen

## جسم کے اہم اعضاء جانچ پڑتال کریں

Bewusstseinskontrolle durch lautes Ansprechen und Anfassen

Wenn keine Reaktion: Atmung prüfen

Wenn keine normale Atmung feststellbar: mit Wiederbelebung beginnen

اونچی آواز کے ذریعے شعور کی جانچ پڑتال کریں اور  
چھو کر رد عمل جانچیں

اگر وہ کوئی جواب نہیں دیتا ہے تو اس کی سانس کا جانچ  
پڑتال کریں

اگر وہ خود سے سانس نہیں لے رہا ہو تو مصنوعی سانس  
شروع کر دیں



# Stabile Seitenlage

## جسم کو سائڈ پرسلا دیں

Wenn der Betroffene normal atmet, aber bewusstlos ist:

- Beachten: Kopf des Betroffenen in den Nacken legen, um seine Atemwege frei zu halten
- Zudecken, beobachten, betreuen

Der geöffnete Mund ist der tiefste Punkt, so kann Erbrochenes abfließen.

Die stabile Seitenlage sichert die überlebenswichtige Atmung.

اگر سانس لے رہا ہو، پر بے ہوش ہے:

• نوٹ: متاثر بندے کے سر اور گردن ایک لائن اختیار کرائیں تاکہ سانس کے راستے کھلے رہیں

• ایک کمبل کے ساتھ اس کو ڈھانکیں، اس کی حالت کا مشاہدہ کریں، اس کی دیکھ بھال کریں

کھلے منہ کو جتنا ممکن نیچے کی طرف لائیں تاکہ الٹی کا مواد نکل جائے

جسم کو سائڈ پرسلا پر لٹانے سے سانس کے راستے کھلے رہتے ہیں اور یقیناً سانس کا طریقہ کار کام کرتا رہتا ہے



# Wiederbelebung

## مصنوعی سانس کا طریقہ کار

Wenn keine normale Atmung feststellbar ist:

- Notruf 112 absetzen
- Oberkörper des Betroffenen frei machen
- Im ständigen Wechsel:
  - Handballen in der Mitte des Brustkorbes aufsetzen  
30x Druckmassage (Frequenz 100-120/min)  
Bei Erwachsenen etwa 5-6 cm tief drücken
  - 2 x beatmen

اگر متاثر شخص نارمل سانس نہیں لے رہا ہو

- ہنگامی نمبر 112 پر کال کریں
- متعلقہ شخص کے جسم کے اوپری حصے کے کپڑے اتاریں
- متبادل ڈھنگ سے مندرجہ ذیل کاروائیاں کرتے رہیں
- سینے کے وسط پر آپ کی مٹھی کی ایڑی رکھیں
- دباؤ مساج کرنا ہے 03 دفع ، 021-001 / منٹ کی کثرت پر
- بالغ افراد کی صورت میں دباؤ 5-6 سینٹی میٹر کی گہرائی تک جا سکتی ہے
- مصنوعی سانس کا طریقہ کار 2 دفع



# Lebensbedrohliche Blutungen

## خطرناک خون بہنے کی صورت میں

Verletzten Arm hochhalten und abdrücken

Alle starken Blutungen mit einem Druckverband verbinden

Bei starken Blutungen den Betroffenen in die Schocklage legen

Decke unterlegen/zudecken

زخمی بازو کو اونچا کر کے پکڑیں اور دبا کر رکھیں  
جونسے زخموں سے بہاری خون بہہ رہا ہے انہیں پریشر  
بینڈیج کے ساتھ باندھیں  
اگر شدید خون بہہ رہا ہو تو متاثر شخص کو لٹانا ہے اور اس  
کے پیریں تھوڑا اونچا کرنا ہے  
اس کے نیچے ایک کمبل بچھانا ہے / اور اوپر کمبل کے  
ساتھ ڈھکنا ہو گا





# Kleiderbrände löschen

تمام جلتے ہوئے کپڑوں کو بجھانا ہو گا

**Brennende Person aufhalten**

**Woldecke zum Löschen so halten, dass der Ersthelfer sich nicht selbst verbrennt**

**Decke um den Hals des Betroffenen ganz abschließen**

**Betroffenen auf den Boden legen und die Decke vom Hals in Richtung der Füße abstreifen/glattstreichen**

جلتا ہوا شخص جو دوڑھ رہا ہے ، اسے روکیں  
کمبل اس طریقے سے پکڑیں کہ جو شخص ابتدائی طبی  
امداد فراہم کرتا ہے اسے خود کو آگ نا لگ جائے  
متاثر شخص کو مکمل طور پر گردن تک کمبل میں لپیٹیں  
متاثر شخص کو فرش پر لٹا کر کمبل کے ساتھ ڈھانکنا  
اور کمبل کے اوپر ہاتھ رکھ کر اسے پھسلاتے ہوئے گلے سے  
ٹانگوں تک لے جائیں -



# Helfen ist Pflicht! Sei ein HELD!

مدد کرنا لازمی ہے! ایک ہیرو کی طرح!

**H**ilfe rufen/Notruf 112

**E**rmutigen und trösten

**L**ebenswichtige Funktionen kontrollieren

**D**ecke unterlegen/zudecken

مدد / ایمرجنسی نمبر 112 پر کال کریں  
حوصلہ افزائی کریں اور تسلی دیں  
تمام اہم افعال کی جانچ پڑتال کریں  
نیچے ایک کمبل بچھائیں / اور کمبل سے  
ڈھانک بھی دیں

Weitere Informationen zur Ersten Hilfe unter [www.drk.de](http://www.drk.de)

مزید امداد کے سلسلے میں معلومات کے لئے مندرجہ ویب سائٹ دیکھیں [de.drk.www](http://de.drk.www)

Mit freundlicher Unterstützung von:

دوستانہ حمایت کے ساتھ:

DRK-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.