

Englisch  
English



# Der kleine Rotkreuzhelfer

## Little Red Cross Guide



# Notruf 112

## 112 Emergency Call



### Notruf 112 (Feuerwehr und Rettungsdienst)

Legen Sie nicht einfach auf – warten Sie auf Rückfragen.

Im Notfall erhalten Sie hier Anleitung zur Ersten Hilfe.

112 Emergency Call (fire brigade and ambulance)

Do not hang up – wait for detailed questions.

In an emergency you will receive first aid instructions here.



# Verhalten an der Unfallstelle

## What to do at the scene of an accident

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

Protect yourself and do not put yourself in unnecessary danger

Accident site:

- Turn on warning lights
- Stop in plain view at the side of the road
- Put on high visibility vest
- Set up warning triangle

Survey the scene

Provide First Aid



# Retten aus Gefahr

## Rescue from danger

### 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

#### Remove affected person from the danger zone

- Reach under armpits and grasp lower arm
- Support the person with your thigh and remove from the danger zone

#### Accept help from others if the person is too heavy



# Kontrolle der Lebensfunktionen

## Monitoring vital signs

**Bewusstseinskontrolle durch lautes Ansprechen und Anfassen**

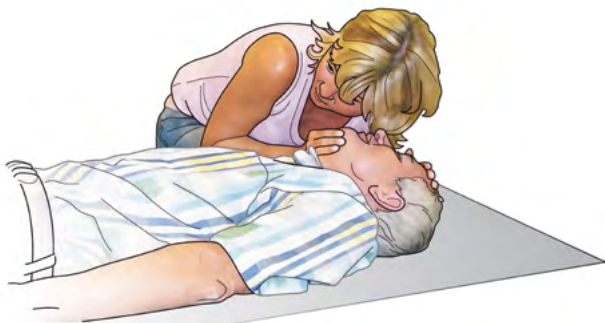
**Wenn keine Reaktion: Atmung prüfen**

**Wenn keine normale Atmung feststellbar: mit Wiederbelebung beginnen**

Check for consciousness by speaking loudly to the person and touching

If no reaction: check breathing

If no normal breathing detectable: begin resuscitation



# Stabile Seitenlage

## Recovery position

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.

If the affected person is unconscious but breathing normally:

- Attention: tilt the head backwards to keep airways open
- Cover, observe, support

The open mouth is the lowest point so that vomit can drain away.

The recovery position safeguards breathing, essential for survival.



# Wiederbelebung

## Resuscitation (CPR)

Wenn keine normale Atmung feststellbar ist:

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

If no normal breathing detectable:

- Call 112 Emergency
- Remove restrictive clothing from upper body
- Continually alternate (see diagram)
  - Place the heel of your hand in the middle of the chest  
30 x compressions (frequency 100-120 per minute)  
For adults, compress to a depth of about 5-6 cm
  - Give two breaths



# Lebensbedrohliche Blutungen

## Life-threatening bleeds

**Verletzten Arm hochhalten und abdrücken**

**Alle starken Blutungen mit einem Druckverband verbinden**

**Bei starken Blutungen den Betroffenen in die Schocklage legen**

**Decke unterlegen/zudecken**

Raise the injured arm and put pressure on the wound

Apply a pressure dressing to all strong bleeds

In case of strong bleeding, use the shock recovery position

Place on/cover with a blanket





# Kleiderbrände löschen

## Extinguishing burning clothing

**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**

Stop the burning person from moving

Hold a woollen blanket so that you do not burn yourself

Wrap top of blanket completely around the neck of the person

Lay the person on the ground and strip/smooth down the blanket from the neck towards the feet



**Helfen ist Pflicht! Sei ein HELD!**

Helping is a duty! Be a HERO!

**H**ilfe rufen/Notruf 112

**E**rmutigen und trösten

**L**ebenswichtige Funktionen kontrollieren

**D**ecke unterlegen/zudecken

Call for help/112 Emergency

Encourage and console

Monitor vital signs

Place on/cover with a blanket

9

**Weitere Informationen zur Ersten Hilfe unter [www.drk.de](http://www.drk.de)**  
More information on First Aid available at [www.drk.de](http://www.drk.de)

**Mit freundlicher Unterstützung von:**

Produced with the kind assistance of:

DRK-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.