

**829**

**BGI/GUV-I 829**

Information

# Handbuch zur Ersten Hilfe



Juli 2012

# Inhalt

So benutzen Sie dieses Buch .....	6
<b>1 Richtiges Verhalten bei Unfällen und Notfällen .....</b>	<b>9</b>
<b>1.1 Die Verpflichtung zum Helfen .....</b>	<b>10</b>
1.1.1 Unfälle im Straßenverkehr, in der Freizeit und am Arbeitsplatz .....	11
<b>1.2 Verhalten bei Verkehrsunfällen .....</b>	<b>14</b>
<b>1.3 Rettung aus akuter Gefahr .....</b>	<b>16</b>
<b>1.4 Rettung aus Kraftfahrzeugen .....</b>	<b>18</b>
<b>1.5 Erstmaßnahmen bei ansprechbaren Betroffenen .....</b>	<b>20</b>
1.5.1 Die erste Kontaktaufnahme.....	20
1.5.2 Betreuung und Zuwendung.....	22
1.5.3 Betroffene zudecken.....	22
<b>1.6 Notruf/Alarmierung des Rettungsdienstes .....</b>	<b>24</b>
1.6.1 Die Notrufnummern .....	25
1.6.2 Die Unfallmeldung.....	26
<b>2 Lebensrettende Sofortmaßnahmen .....</b>	<b>31</b>
<b>2.1 Störungen des Bewusstseins .....</b>	<b>32</b>
2.1.1 Maßnahmen bei Bewusstlosigkeit .....	32
2.1.2 Stabile Seitenlage .....	34
2.1.3 Sonderfall Helmabnahme .....	36
<b>2.2 Kreislaufstillstand .....</b>	<b>38</b>
2.2.1 Herzdruckmassage.....	40
2.2.2 Beatmung.....	40
2.2.3 Wiederbelebung mit Defibrillation .....	42
2.2.4 Reanimation bei Kindern und Säuglingen.....	43
<b>2.3 Gefahren durch Erstickten .....</b>	<b>45</b>
2.3.1 Fremdkörper in Luft- und Speiseröhre .....	45
2.3.2 Insektenstich im Mund-Rachenraum.....	47
2.3.3 »Beinahe-Ertrinken«.....	48
<b>2.4 Schock .....</b>	<b>49</b>
2.4.1 Welche Ursachen führen zum Schock? .....	50
2.4.2 Maßnahmen bei Schock .....	51
<b>2.5 Schwere allergische Reaktion .....</b>	<b>52</b>
<b>3 Blutungen, Kopf-, Bauch- und Brustkorbverletzungen.....</b>	<b>55</b>
<b>3.1 Bedrohliche Blutungen .....</b>	<b>56</b>
3.1.1 Blutstillung am Arm .....	56
3.1.2 Blutstillung am Bein .....	59
3.1.3 Blutstillung an Kopf und Rumpf.....	60
<b>3.2 Amputationsverletzungen.....</b>	<b>61</b>
3.2.1 Amputatversorgung .....	61
<b>3.3 Kopfverletzungen .....</b>	<b>62</b>
3.3.1 Maßnahmen bei Gehirnerschütterung.....	62
3.3.2 Maßnahmen bei Kopfverletzungen mit Bewusstlosigkeit.....	64
<b>3.4 Bauchverletzungen .....</b>	<b>65</b>
3.4.1 Maßnahmen bei Bauchverletzungen.....	65
<b>3.5 Brustkorbverletzungen .....</b>	<b>67</b>
3.5.1 Maßnahmen bei Brustkorbverletzungen .....	67
<b>4 Wundversorgung bei kleineren Verletzungen .....</b>	<b>71</b>
<b>4.1 Grundsätze der Wundversorgung .....</b>	<b>72</b>
<b>4.2 Verbandarten und Verbandtechniken .....</b>	<b>73</b>
4.2.1 Keimfreie Wundauflagen.....	73
4.2.2 Verbandtuch.....	73
4.2.3 Wundschnellverband.....	74
4.2.4 Verband mit Heftpflaster (Streifenverband) .....	76
4.2.5 Mullbinden.....	76
4.2.6 Dreiecktuch (Beispiel Kopfverband) .....	76
4.2.7 Verbandpäckchen.....	79
4.2.8 Fremdkörper in Wunden.....	79
4.2.9 Fremdkörper im Auge.....	80

4.2.10 Maßnahmen bei Nasenbluten.....	80	8.2 Vergiftungen durch Gase.....	117
4.2.11 Wundinfektionen und Tierbisse .....	82	8.2.1 Maßnahmen bei Kohlenmonoxidvergiftung.....	118
<b>5 Muskel-, Gelenkverletzungen und Knochenbrüche .....</b>	<b>85</b>	8.2.2 Maßnahmen bei Kohlendioxidvergiftung.....	118
<b>5.1 Typische Muskel- und Gelenkverletzungen.....</b>	<b>86</b>	<b>8.3 Verätzungen .....</b>	<b>119</b>
5.1.1 Anzeichen von Muskel- und Gelenkverletzungen.....	86	8.3.1 Maßnahmen bei Augenverätzungen.....	119
5.1.2 Maßnahmen bei Muskel- und Gelenkverletzungen .....	87	8.3.2 Maßnahmen bei Hautverätzungen .....	120
5.1.3 Gelenkverletzungen.....	89	8.3.3 Maßnahmen bei Verätzungen im Magen-Darm-Bereich .....	122
5.1.4 Maßnahmen bei Gelenkverletzungen.....	90	<b>9 Akute Erkrankungen .....</b>	<b>125</b>
<b>5.2 Knochenbrüche.....</b>	<b>90</b>	<b>9.1 Herzerkrankungen .....</b>	<b>126</b>
5.2.1 Anzeichen von Knochenbrüchen .....	91	9.1.1 Ursachen für den Herzinfarkt .....	126
5.2.2 Maßnahmen bei Knochenbrüchen (Bein) .....	91	9.1.2 Maßnahmen bei Herzinfarkt .....	127
5.2.3 Maßnahmen bei Hand-, Arm- und Schulterbrüchen .....	94	<b>9.2 Schlaganfall .....</b>	<b>129</b>
5.2.4 Maßnahmen bei möglichem Becken- oder Wirbelsäulenbruch .....	94	9.2.1 Maßnahmen bei Schlaganfall .....	130
<b>6 Thermische Schädigungen .....</b>	<b>97</b>	<b>9.3 Diabetes mellitus.....</b>	<b>131</b>
<b>6.1 Schädigungen durch Hitze .....</b>	<b>98</b>	9.3.1 Maßnahmen bei diabetischem Koma.....	132
6.1.1 Maßnahmen bei Sonnenstich .....	98	9.3.2 Maßnahmen bei Unterzuckerung .....	132
<b>6.2 Schädigungen durch Kälte .....</b>	<b>99</b>	<b>9.4 Akute Erkrankungen der Bauchorgane.....</b>	<b>134</b>
6.2.1 Maßnahmen bei Unterkühlung .....	99	9.4.1 Maßnahmen bei akuten Baucherkrankungen .....	134
6.2.2 Maßnahmen bei Erfrierungen .....	101	<b>9.5 Krampfanfälle .....</b>	<b>136</b>
<b>6.3 Verbrennungen/Verbrühungen.....</b>	<b>102</b>	9.5.1 Maßnahmen bei Krampfanfällen .....	136
6.3.1 Maßnahmen bei Verbrennungen.....	103	<b>10 Anhang – Infos zum Schluss.....</b>	<b>139</b>
6.3.2 Maßnahmen bei Sonnenbrand .....	105	<b>10.1 Erste Hilfe im Betrieb .....</b>	<b>140</b>
<b>7 Elektrounfälle.....</b>	<b>107</b>	10.1.1 Personelle Maßnahmen .....	140
<b>7.1 Gefahren durch elektrischen Strom .....</b>	<b>108</b>	10.1.2 Materielle Maßnahmen.....	142
7.1.1 Maßnahmen bei Elektrounfällen .....	108	10.1.3 Verbandkästen .....	144
7.1.2 Maßnahmen bei Hochspannungsunfällen.....	110	10.1.4 Erste-Hilfe-Räume.....	146
<b>8 Vergiftungen und Verätzungen .....</b>	<b>113</b>	10.1.5 Organisatorische Maßnahmen.....	146
<b>8.1 Gefahren durch Vergiftungen.....</b>	<b>114</b>	<b>Register.....</b>	<b>146</b>
8.1.1 Maßnahmen bei Vergiftungen .....	115	<b>Impressum .....</b>	<b>148</b>

## So benutzen Sie dieses Buch

Die Berufsgenossenschaften und Unfallversicherungsträger der öffentlichen Hand lassen jedes Jahr über eine Million Versicherte in der Ersten Hilfe aus- und regelmäßig fortbilden und tragen die anfallenden Lehrgangsgebühren. Das vorliegende »Handbuch zur Ersten Hilfe« soll zur Teilnahme an einer Erste-Hilfe-Ausbildung motivieren. Denen, die bereits Erste Hilfe gelernt haben, ist das Buch ein wertvolles Nachschlagewerk, damit die Kenntnisse erhalten bleiben, gefestigt und vertieft werden können.

Vom Fachausschuss »Erste Hilfe« der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung wurde das »Handbuch zur Ersten Hilfe« mit Änderungen und Ergänzungen für den Bereich der betrieblichen Ersten Hilfe in das Schrifttum der Unfallversicherungsträger aufgenommen.

Das Handbuch gliedert sich in neun Kapitel, in denen die Notfälle, Verletzungen durch mechanische, thermische oder chemische Einwirkungen bis hin zu Unfällen durch elektrischen Strom sowie akute Erkrankungen und die entsprechenden Maßnahmen zusammengefasst sind.

Im Anhang finden sich Hinweise zur Sicherstellung einer wirksamen Ersten Hilfe im Betrieb. Notfälle, Erkrankungen sowie nötige Erste-Hilfe-Maßnahmen finden Sie sowohl über das Inhaltsverzeichnis als auch über das Register.

### Schritt für Schritt erklärt

Beginnend mit dem sachgerechten Verhalten bei Unfällen, den Erstmaßnahmen am Unfallort, den lebensrettenden Sofortmaßnahmen bis hin zur Wundversorgung, zu Maßnahmen bei typischen Verletzungen der Muskeln, Gelenke

und Knochen oder akuten Erkrankungen – in jedem Kapitel sind Schritt für Schritt die korrekten Maßnahmen aufgelistet. Sie sind leicht zu finden – nämlich farbig markiert – unter der Überschrift: **So machen Sie's richtig**

Damit Sie dieses Buch sowohl zur schnellen Orientierung benutzen können als auch zur Rekapitulation von Maßnahmen, erscheinen – wo dies sinnvoll ist – die wichtigsten Stichwörter der Maßnahmen im Fettdruck, wie z. B. bei Nasenbluten:

- Legen Sie **kalte Umschläge, Eisbeutel oder Kältepackungen in den Nacken** des Betroffenen. Die Kühlung bewirkt auf nervösem Weg eine Verengung der Gefäße und damit die Blutstillung.

### Tipps und Ratschläge von den Fachleuten

Dieses Buch wurde mit größter Sorgfalt zusammengestellt. Die Informationen entsprechen dem aktuellen medizinischen Standard. Die Inhalte orientieren sich an den Lerninhalten der Erste-Hilfe-Lehrgänge, gehen aber in einigen Fällen darüber hinaus. Die Empfehlungen des Deutschen Beirats für Erste Hilfe und Wiederbelebung bei der Bundesärztekammer sind berücksichtigt.



Am besten, Sie besuchen einen Erste-Hilfe-Lehrgang oder, wenn Sie schon einmal Erste Hilfe gelernt haben, eine Erste-Hilfe-Fortbildung (Training) und lernen und üben richtig helfen.



# 1 Richtiges Verhalten bei Unfällen und Notfällen

Menschen in Not brauchen Hilfe. Dies ist nicht allein eine Frage der Moral, sondern auch gesetzlich festgelegt. Wir sind bei einem Notfall oder einem Unglück verpflichtet zu helfen – im Rahmen unserer gegebenen Möglichkeiten.

Das erste Kapitel erläutert die wichtigsten Rettungs- und Verhaltensmaßnahmen bei einem Unfall. Es führt in die Erstmaßnahmen ein, die für alle möglichen Situationen (nicht allein für Verkehrsunfälle) gelten. Wichtig ist dabei die schnelle und richtige Alarmierung des Rettungsdienstes, damit die Rettungskette möglichst schnell greifen kann.

## 1.1 Die Verpflichtung zum Helfen

Was fürchten wir Menschen mehr als Störungen unseres Wohlbefindens, Erkrankungen oder gar Unfälle mit ihren oft schlimmen Auswirkungen? Wie schnell wird der Gedanke daran, dass etwas passieren kann, verdrängt. Und doch gehören Unglücksfälle in allen unseren Lebensbereichen wie Haushalt, Beruf, Straßenverkehr, Freizeit, Sport usw. zu unserem Alltag.

### Der Ersthelfer ist enorm wichtig

Viele sind immer noch der Auffassung, für die Hilfe bei Unglücksfällen seien Rettungsdienst oder ärztliche Notdienste zuständig und vergessen dabei, dass fast immer die richtige Hilfe in den ersten Minuten – bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes – für die Schwere der Unfallfolgen oder gar für das Überleben entscheidend sein kann.

Wer aber hat schon einen Erste-Hilfe-Kurs besucht und richtig helfen gelernt? Zum Helfen sind wir nach § 323c StGB auch gesetzlich verpflichtet (siehe Kasten). Für die meisten von uns ist es selbstverständlich, Menschen in Not im Rahmen unserer Möglichkeiten zu helfen, auch ohne dazu gesetzlich verpflichtet zu sein.



#### § 323c StGB »Unterlassene Hilfeleistung«

Nach § 323c des Strafgesetzbuches (StGB) wird mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe bestraft, wer bei Unglücksfällen oder gemeiner Gefahr oder Not nicht Hilfe leistet, obwohl dies erforderlich und ihm den Umständen nach zuzumuten, insbesondere ohne erhebliche eigene Gefahr und ohne Verletzung anderer wichtiger Pflichten möglich ist.

### 1.1.1 Unfälle im Straßenverkehr, in der Freizeit und am Arbeitsplatz

Allzu häufig verbinden wir den Begriff »Erste Hilfe« mit Unfällen im Straßenverkehr und denken daran, irgendwelchen fremden Menschen helfen zu müssen; dabei ist dies eher selten notwendig.

Von den ca. acht Millionen Unfällen im Jahr in Deutschland (jeder Zehnte ist somit statistisch betroffen) passieren weniger als zehn Prozent im Straßenverkehr. Viel häufiger wird Erste Hilfe in unserem unmittelbaren Lebensumfeld erforderlich. In der Familie, am Arbeitsplatz oder in der Freizeit und beim Sport, wo man mit Freunden und Bekannten zusammen ist, müssen Sie Erste Hilfe leisten können.

#### Jeden kann es treffen

Eine Frau sollte ihrem Ehemann helfen können, den plötzlich ein Herzinfarkt ereilt. Eine Mutter muss ihrem Kind Erste Hilfe leisten, das sich beim Spielen verletzt hat. Und auch Arbeitskollegen sollten richtig helfen können, wenn sich am Arbeitsplatz ein Unfall ereignet.

#### Anforderung an Helfende

Nicht jeder Notfall oder Unfall ist so spektakulär, wie man es womöglich aus Filmen oder einschlägigen Fernsehsendungen kennt. Die allermeisten Unglücksfälle verlaufen glimpflich, und es ist nicht schwer, die richtige Erste Hilfe zu leisten.

#### So machen Sie's richtig

- Bleiben Sie ruhig. Verschaffen Sie sich zunächst einen Überblick über die vorgefundene Situation.



Handeln Sie im Unglücksfall umsichtig und verschaffen Sie sich erst einen Überblick über die Situation. Bitten Sie dann gegebenenfalls andere Menschen um Mithilfe.

- Handeln Sie nicht »kopflös«. Rufen Sie laut um Hilfe, dadurch machen Sie auf die Notfallsituation aufmerksam. Meist sind Sie an einer Unglücksstelle gar nicht allein, Umstehende sind bestimmt bereit mitzuhelfen. Sprechen Sie diese direkt an und bitten Sie um deren Mithilfe. Es ist immer wichtig, dass jemand die Initiative ergreift.
- **Beruhigen Sie die Betroffenen** und gegebenenfalls auch die Umstehenden.
- Verhindern Sie unbedingt falsches Eingreifen und unüberlegtes, »kopflöses« Handeln anderer Helfer.

### Eigene Sicherheit/eigenes Schutzverhalten

Bei manchen Unfallsituationen ist es notwendig, die Verunglückten unter Beachtung der eigenen Sicherheit aus einer akuten Gefahrensituation zu retten bzw. retten zu lassen, beispielsweise bei:

- Bränden
- Verkehrsunfällen
- Stürzen in Gewässer

- Einbrechen in Eis
- Verschüttungen
- Chemieunfällen
- Stromunfällen (auch im Haushalt)

#### Wichtig

Zur Ersten Hilfe sind Sie gesetzlich und moralisch verpflichtet.



### Immer die Unfallstelle absichern

Menschen, die bei einem Unglück helfen wollen, geraten immer wieder selbst in Lebensgefahr – z. B. wenn eine Unfallstelle auf der Autobahn gar nicht oder aber nur unzureichend abgesichert ist. Doch nicht nur bei Verkehrsunfällen ist das Absichern wichtig; auch andere Unfallstellen, z. B. in Betrieben oder auf der Skipiste, müssen immer abgesichert werden.

#### 1. Eigene Sicherheit beachten, Unfallstelle sichern

#### 2. Erste Hilfe leisten

Sorgen Sie dafür, dass an Unfallstellen wegen möglicherweise auslaufenden Benzins nicht geraucht und der Motor bzw. die Zündung beim verunglückten Fahrzeug abgestellt wird (den Zündschlüssel aber stecken lassen!).

#### An die eigene Sicherheit denken

Auf den Autobahnen kommen inzwischen mehr Menschen durch unachtsames Verhalten bei Pannen und Unfällen bzw. beim Helfen ums Leben als durch die Unfälle selbst. Denken Sie daher immer zunächst an die eigene Sicherheit. Nur wenn Sie als Helfer selbst keinen Schaden erleiden, können Sie den Verunglückten helfen.



## 1.2 Verhalten bei Verkehrsunfällen

### So machen Sie's richtig

**Anhalten, um zu helfen:** Gerade bei Verkehrsunfällen müssen Sie als Helfer auf Ihre eigene Sicherheit achten – vom ersten Moment an.

- Wenn Sie sich einer Unfallstelle nähern, warnen Sie die nachfolgenden Verkehrsteilnehmer, indem Sie rechtzeitig Ihre Warnblinkanlage einschalten.
- Fahren Sie nicht zu dicht an die Unfallstelle heran. Halten Sie mindestens 10 bis 20 Meter Sicherheitsabstand zur Unfallstelle ein.
- Stellen Sie Ihr Fahrzeug am Fahrbahnrand so ab, dass z. B. bei Dunkelheit die Unfallstelle durch das **Fahrlicht** Ihres Fahrzeugs beleuchtet ist.

**Die Unfallstelle sichern:** Im Interesse der Sicherheit aller Beteiligten müssen Sie die Unfallstelle sichern.

- Tragen Sie an Unfallstellen zur eigenen Sicherheit möglichst eine **Warnweste**.
- Nehmen Sie Ihr **Warndreieck** aus dem Auto, klappen Sie es auf, halten Sie es vor den Körper und gehen Sie mit dem Warndreieck (möglichst hinter der Leitplanke) dem Verkehr entgegen.



Das Warndreieck muss 100 bis 200 Meter vor der Unfallstelle aufgestellt werden. Halten Sie es vor Ihren Körper, wenn Sie die Straße entlanggehen (möglichst hinter der Leitplanke) – oder besser: Tragen Sie zusätzlich eine Warnweste.

- Stellen Sie das Warndreieck in ausreichender Entfernung – d. h. bei Schnellstraßen und Autobahnen mindestens 100 bis 200 Meter vor der Unfallstelle – gut sichtbar am rechten Fahrbahnrand auf. Wenn Sie eine Warnblinkleuchte haben, stellen Sie diese zusätzlich auf.
- Bei Kurven und Bergkuppen müssen Sie besonders gewissenhaft absichern. Es geht um Ihr Leben! Stellen Sie das Warndreieck jeweils vor der Kurve oder Bergkuppe auf.
- Nachfolgende Fahrzeuge können Sie zusätzlich durch eine Auf-und-abwärts-Bewegung des Arms warnen.
- Fordern Sie weitere Verkehrsteilnehmer zur Mithilfe auf. Auch der Gegenverkehr muss gewarnt werden.
- Befinden sich mehrere Helfer am Unfallort, sorgen Sie für eine Aufgabenteilung.
- Brennende Personen können Sie im Notfall mit einer Decke oder einem Pulverlöscher löschen. Richten Sie den Löscher jedoch auf keinen Fall auf das Gesicht des Betroffenen.

### Beachten Sie

Warnblinkleuchten und Warnwesten gehören in Deutschland zwar nicht zur Pflichtausstattung in Kraftfahrzeugen, sind jedoch an Unfallstellen sehr nützlich. Auch die Ausstattung des Fahrzeugs mit einem Feuerlöscher ist sinnvoll. Da sich Brände meist relativ langsam entwickeln, kann der frühzeitige und gezielte Einsatz eines Kfz-Feuerlöschers manchen Brand schnell löschen und manchmal sogar Fahrzeuginsassen retten.

### 1.3 Rettung aus akuter Gefahr

Nach der Sicherung der Unfallstelle leisten Sie dem Betroffenen Erste Hilfe. Manchmal müssen Sie dazu den Betroffenen zunächst mit dem **Rettungsgriff** aus akuter Gefahr retten.

#### So machen Sie's richtig

- Sprechen Sie den Betroffenen an. Ist er bei Bewusstsein, informieren Sie ihn über die beabsichtigte Maßnahme.
- Fassen Sie den am Boden Liegenden von hinten kommend unter Nacken und Schultern und bringen Sie ihn mit angemessenem Schwung zum Sitzen. Achten Sie darauf, dass Sie den Kopf mit Ihren Unterarmen stützen und der Betroffene nicht seitlich wegsackt.
- Jetzt treten Sie dicht hinter den Betroffenen und unterfahren mit beiden Armen die Achselhöhlen. Legen Sie einen Unterarm des Betroffenen quer vor seinen Leib, und fassen Sie diesen Arm mit beiden Händen von oben. Umfassen Sie dabei den Unterarm nicht, sondern »überhaken« Sie ihn mit allen Fingern (auch den Daumen) .
- Beugen Sie die Knie und halten Ihren Rücken zur Entlastung der Wirbelsäule gerade, ziehen Sie den Betroffenen dicht am eigenen Körper auf Ihre Oberschenkel.
- Dann ziehen Sie ihn an einen sicheren Ort und legen ihn dort möglichst auf einer Decke vorsichtig ab.
- Danach sprechen Sie den Betroffenen erneut an und führen die notwendige Erste Hilfe durch.



- 1 Sprechen Sie** den Betroffenen an und stellen Sie die Bewusstseinslage fest.
- 2 Umfassen Sie** den Betroffenen von hinten unter Nacken und Schultern und setzen Sie ihn so auf.
- 3 Legen Sie** einen Unterarm quer und fassen Sie diesen mit beiden Händen von oben.
- 4 Ziehen Sie** den Betroffenen auf Ihre Oberschenkel.
- 5 Legen Sie** den Betroffenen auf eine Decke (am besten auf die Rettungsdecke) und beruhigen Sie ihn. Je nach Situation beginnen Sie mit den notwendigen Erste-Hilfe-Maßnahmen.

## 1.4 Rettung aus Kraftfahrzeugen

Bei Verkehrsunfällen können Betroffene aufgrund ihrer Verletzungen ihr Kraftfahrzeug oft nicht selbstständig verlassen. Vor allem wenn sie in Lebensgefahr sind, z. B. wegen akuter Brandgefahr, müssen sie aus ihrem Fahrzeug gerettet werden.

### So machen Sie's richtig

- Öffnen Sie die Fahrertür. Sprechen Sie den Betroffenen an und sagen Sie ihm, was Sie tun werden. Schalten Sie die Zündung aus, lassen Sie den Zündschlüssel jedoch stecken.
- Lösen Sie den Gurt bzw. schneiden Sie ihn durch. Falls notwendig, stellen Sie den Sitz zurück. Achten Sie darauf, dass die Füße des Betroffenen nicht eingeklemmt sind und beachten Sie die Gefährdung durch nicht ausgelöste Airbags.
- Fassen Sie den Betroffenen an der fernen Hüfte und am nahen Knie und drehen Sie ihn auf dem Sitz mit dem Rücken zur Tür.
- Fassen Sie den Betroffenen mit dem schon beschriebenen **Rettungsgriff** (siehe Seite 16 f.) und ziehen Sie ihn vorsichtig aus seinem Fahrzeug. Ist ein weiterer Helfer vor Ort, bitten Sie ihn an den Beinen mit anzufassen, sodass Sie den Betroffenen gemeinsam aus dem Fahrzeug ziehen.
- Legen Sie den Betroffenen in sicherer Entfernung von der Unglücksstelle vorsichtig, möglichst auf einer Decke, ab.
- Sprechen Sie den Betroffenen wieder an und leisten Sie ggf. weitere Erste Hilfe.

### Eingeklemmte Personen

Sind Personen in Fahrzeugen eingeklemmt, müssen Sie schnellstmöglich technisch-fachliche Hilfe anfordern (Rettungsdienst/Feuerwehr). Bis zu deren Eintreffen müssen Sie beim Betroffenen bleiben und, falls möglich, die erforderlichen Erste-Hilfe-Maßnahmen durchführen. Beachten Sie hierbei die Möglichkeit der Gefährdung durch nicht ausgelöste Airbags.



- 1 Sprechen Sie** den Betroffenen an, erklären Sie ihm, was Sie tun werden. Lösen Sie zunächst den Gurt und schalten die Zündung aus, den Zündschlüssel lassen Sie stecken.
- 2 Mit dem Rettungsgriff** ziehen Sie den Betroffenen vorsichtig aus dem Fahrzeug und dann auf Ihre Oberschenkel.
- 3 Legen Sie** den Betroffenen an einem sicheren Ort auf einer Decke ab. Wenn ein zweiter Helfer anwesend ist, führen Sie die Maßnahmen gemeinsam durch.
- 4 Decken Sie** den Betroffenen zu und alarmieren Sie dann den Rettungsdienst. Leisten Sie, falls erforderlich, weitere Erste Hilfe. Betreuen und beobachten Sie den Verletzten.