

Person mit Atem-Kreislauf-Stillstand			Menü
Erkrankter sitzt/liegt reglos auf der Couch		Punkte	Abzug
<b>Notfallcheck</b>			
<b>Bewusstseinskontrolle</b>			
Sprich die verletzte bzw. erkrankte Person laut an		2	
und schüttele ihn sanft an den Schultern.		2	
<b>Hilferuf</b>			
Ruf laut um Hilfe, damit jemand den Notruf durchführen und einen Defibrillator sowie einen Verbandskasten holen kann.		2	
<b>Rettung mit Rautekgriff von der Couch zur Wiederbelebung/Lagerung</b>			
Lege die Person auf einen harte Unterlage, damit die Herzdruckmassage effektiv ist.		2	
Beuge den Verletzten leicht nach vorne und umfasse seinen Körper. Greife unter beiden Armen durch.		2	
Zieh den Verletzten hoch, ergreife dabei mit deinen beiden Händen einen Unterarm des Verletzten. Halte deine Daumen nach vorne.		2	
"Setze" den Verletzten auf deinen Oberschenkel. So kannst du auch schwerere Personen retten. Achte dabei auf einen sicheren Stand. Lege den Verletzten vorsichtig in sicherer Umgebung auf den Boden.		2	
<b>Notfallcheck</b>			
<b>Freimachen der Atemwege</b>			
Überstrecke den Kopf, indem du eine Hand auf die Stirn legst		2	
und mit der anderen das Kinn hochziehst.		2	
<b>Atemkontrolle</b>			
Überprüfe nicht länger als zehn Sekunden,		2	
ob du normale Atmung hörst, siehst oder fühlst.		2	
Schau, ob sich der Brustkorb wie bei der normalen Atmung hebt.		2	
<b>Notruf</b>			
Wähle den Notruf! Bei einem medizinischen Notfall wähle immer 144, oder im EU-Ausland 112		2	
korrekte Nummern: 144 Rettung, 133 Polizei, 122 Feuerwehr, 112 Euronotruf			
Die Fragen der Leitstelle werden beantwortet.		2	
Der/die Teilnehmer:in kann den genauen Notfallort angeben.		2	
Die Leitstelle beendet immer das Telefonat.		2	
<b>Herzdruckmassage</b>			
Lege eine Hand mit dem Handballen auf die Mitte des Brustkorbes.		2	
Lege die zweite Hand darüber und strecke beide Arme durch.		2	
Drücke kräftig mit beiden Händen auf den Brustkorb. Drücke schnell und immer wieder. Versuche ohne Pausen und möglichst ohne "Hands OFF"-time die Wiederbelebung durchzuführen. Pausen dürfen nur durch die Bedienung des Defibrillators entstehen.		2	
Beende die Wiederbelebung erst, wenn die reglose Person aufwacht oder wieder normal atmet. Trainierte Helfer:innen führen nach 30 Herzdruckmassagen 2 Beatmungen durch.		2	
<b>Defibrillation</b>			
Schalte den Defibrillator ein und folge den Anweisungen. Ein:e Helfer:in soll, solange der Defi vorbereitet wird, die Herzdruckmassagen und Beatmungen fortsetzen.		2	
<b>Handschuhe</b>			
Ziehe zum Eigenschutz Handschuhe an. (wenn vorhanden)		2	
<b>Defibrillation</b>			

Nimm die Elektroden aus der Verpackung und beachte die Abbildungen auf den Elektroden - sie zeigen dir, wohin die Elektroden geklebt werden.	2	
Klebe die Elektroden fest auf den nackten und trockenen Brustkorb.	2	
Unterbrich die Herzdruckmassage nur nach Aufforderung durch das Gerät (z. B. zum Auslösen des Schocks).	2	