

Richtiges Verhalten

am Unfallort



Wissen auffrischen rettet Leben:
mit dem zweiten Erste-Hilfe-Kurs

 **RUNTER**
VOM GAS

Liebe Mitlebende!

Von Herzen unterstütze ich die Initiative des Bundesverkehrsministeriums und des DVR „Zweite Erste Hilfe“! Denn bei einem Verkehrsunfall oder einem anderen Notfall weiß ich als Arzt: Es kommt auf jeden an! Egal wie gut die Mediziner und Rettungsdienste sind, die ersten entscheidenden Minuten vor Ort sind nicht mehr rückgängig zu machen. Im Ergebnis wird es immer auf die Menschen ankommen, die da sind und handeln. Das unmittelbare Umfeld kann entscheidend dafür sein, ob jemand überlebt. Da sollte es keine Glückssache sein, dass einer dem Verletzten helfen kann! Wenn jeder im Lande weiß, was zu tun ist, geht es uns

allen im Notfall besser. Und unseren Liebsten auch, denn wir sind ja nicht immer in ihrer Nähe, aber andere schon.

Gesundheit verstehen viele als eine eigene Leistung. Das ist sie nicht. Sie ist eine Gemeinschaftsleistung. Wir stecken uns immer gegenseitig an, ob mit Begeisterung oder mit Viren. Wir helfen anderen und uns wird geholfen. Wir machen andere glücklich, und das macht uns selbst glücklich. Zu wissen, was man tun kann, um einem anderen Menschen das Leben zu retten, ist also mit das Sinnvollste, das man lernen kann. Am besten schon in der Schule. Durch den

Erste-Hilfe-Unterricht in einzelnen Bundesländern wurden schon ganz konkret Leben gerettet! Deshalb finde ich es großartig, dass immer mehr Schulen sich bundesweit beteiligen. Wer früh Erste Hilfe lernt, fühlt sich sicher und packt an. Aber wir Erwachsenen haben einen Erste-Hilfe-Kurs oft das letzte Mal für den Führerschein besucht und haben Angst, vieles vergessen zu haben. Dabei gilt: Erste Hilfe kann jeder können. Denn vieles ist viel einfacher geworden. Die Mund-zu-Mund-Beatmung zum Beispiel ist nicht entscheidend, denn der Sauerstoff, der im zirkulierenden Blut ist, reicht für die ersten Minuten noch aus.

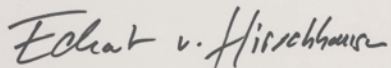
Ich freue mich als Arzt und Bürger dieses Landes, dass ein Ruck und ein Druck durch Deutschland gehen. Von vielen tatkräftigen Armen auf die Mitte des Brustkorbs. Mit Schmackes. 5 cm tief – 100 Mal pro Minute. Bis das Herz wieder schlägt. Und die Profis eintreffen.

Die ersten Minuten nach einem Unfall entscheiden manchmal über ein ganzes Leben. Deshalb sollten wir alle ein bisschen Zeit investieren, um zu lernen, was jeder von uns für den anderen tun kann. Mit einem zweiten Erste-Hilfe-Kurs, wenn der erste schon länger her ist. Und obwohl ich ARD-Moderator bin: Mit

dem Zweiten hilft man besser. In diesem Sinne: Frischen Sie Ihre Kenntnisse auf, machen Sie mit bei der bundesweiten Initiative, besuchen Sie die regionalen Veranstaltungen und schauen Sie unter www.zweite-erste-hilfe.de, wie aus einer wichtigen Idee Leben wird!

Sie machen mit, oder?

Herzlichen Dank



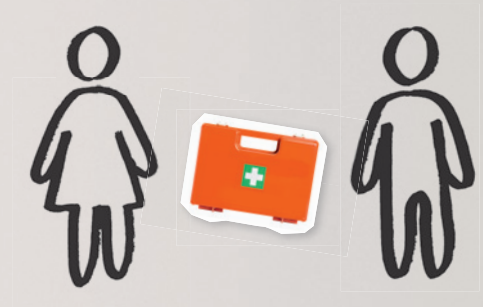
Ihr Eckart von Hirschhausen



Wüssten Sie, was bei einem Unfall zu tun ist?

2013 haben der ADAC und das Deutsche Rote Kreuz in einer gemeinsamen Umfrage herausgefunden, dass nur 33% der Deutschen die erforderlichen Maßnahmen an einer Unfallstelle kennen. Dabei können schon die einfachsten Handgriffe die Überlebenschance der Verletzten bei einem Unfall erheblich verbessern. Grund genug, dass sich der bekannteste Mediziner Deutschlands, Dr. Eckart von Hirschhausen, und „Runter vom Gas“ zusammmentun, um die Erste Hilfe in den

Köpfen aller Bürger aufzufrischen. Auf den nächsten Seiten finden Sie viele nützliche Tipps zum richtigen Verhalten am Unfallort. Viele Hilfsorganisationen und weitere Institutionen bieten zudem Erste-Hilfe-Kurse an – schon ein Auffrischungskurs über 90 Minuten kann helfen, Ihre Liebsten zu retten. Informieren Sie sich ganz einfach vor Ort.



Erste Hilfe leisten ist nicht nur Ehrensache – sondern auch Pflicht!

1



Ersthelfer können Leben retten. Ein paar einfache Handgriffe entscheiden im Ernstfall nicht selten über Leben und Tod. Die Angst, etwas falsch zu machen, ist da-

bei oft unbegründet. Denn der größte Fehler ist der, nicht zu helfen. Wer bei einem Verkehrsunfall Erste Hilfe leistet, kann juristisch nichts falsch machen.

Ruhe bewahren!

2



Wer in Panik gerät, kann nicht helfen. Daher gilt am Unfallort stets: einen kühlen Kopf bewahren. Das ist nicht nur wichtig für den Anruf beim Rettungsdienst, sondern auch für den Umgang

mit Unfallopfern. Denn ein umsichtiges Auftreten beruhigt. Ein besänftigender Zuspruch hilft Opfern in einer Notsituation.

An die eigene Sicherheit denken!

3



Wer sich selbst in Gefahr bringt, kann niemandem helfen – und braucht im Notfall selbst Hilfe. Ob Sie mit dem Fahrrad, Motorrad oder Auto unterwegs sind: Stellen Sie Ihr Fahrzeug als Erstes in größerem Abstand zur Unfallstelle sicher ab und schalten Sie bei Kraftfahrzeugen die Warnblinkanlage ein. Ziehen

Sie sich eine Warnweste an, um auf sich aufmerksam zu machen und einen Folgeunfall zu vermeiden. Steigen Sie vorsichtig aus Ihrem Fahrzeug aus und bleiben Sie möglichst am Fahrbahnrand oder hinter Schutzplanken. Auch beim Herbeiwinken weiterer Hilfe sollten Sie es vermeiden, die Fahrbahn direkt zu betreten.

Unfallstelle absichern!

4



Danach heißt es: Überblick verschaffen und ein Warndreieck aufstellen. Es muss gut sichtbar und mit mindestens 100 Metern Abstand zur Unfallstelle platziert

werden. Auf der Autobahn oder unübersichtlichen Strecken sogar noch weiter, also mindestens im Abstand von zwei bis drei Leitpfosten.

Rettungskräfte benachrichtigen!

110 und 112

5



Spätestens nachdem Sie die Unfallstelle gesichert haben, ist professionelle Hilfe gefragt. Unter 110 erreichen Sie die Polizei und unter 112 den Rettungsdienst. Auch hier gilt der Grundsatz: auf die eigene Sicherheit achten! Während Sie den Notruf absetzen, sind Sie hinter der Schutzplanke oder am Seitenrand der Fahrbahn am besten geschützt. Ist kein Handy zur Hand, folgen Sie den schwarzen Pfeilmarkierungen

auf den weißen Leitpfosten zur nächsten Notrufsäule. Beantworten Sie beim Anruf in der Rettungsleitstelle die „W-Fragen“:

- Wo ist der Unfall passiert?
- Was ist geschehen?
- Wie viele Verletzte sind zu versorgen?
- Welche Verletzungen haben die Betroffenen?
- Wer meldet den Unfall?

Und warten Sie auf Rückfragen der Rettungsleitstelle.

Verletzte versorgen!



Soweit möglich, versuchen Sie bitte, Verletzte hinter der Schutzplanke oder am Seitenrand der Fahrbahn in Sicherheit zu bringen, und achten Sie dabei stets auf Ihre eigene Sicherheit. Was viele nicht wissen: Unverletzt wirkende Personen stehen häufig unter Schock

oder können gar innere Verletzungen haben. Beobachten und betreuen Sie daher alle Unfallbeteiligten. Führen Sie bei Schwerverletzten nach Ihren Möglichkeiten Wiederbelebungs- und Erste-Hilfe-Maßnahmen durch, bis professionelle Rettungskräfte vor Ort sind.

Jeder kann ein

Lebensretter sein!

Erste Hilfe ist kein Medizinstudium. Jeder kann die Erstversorgung bei einem Unfall leisten, wenn er weiß, wie. Ein Auffrischkurs in Erster Hilfe ist und bleibt die beste „Versicherung“ für jeden Verkehrsteilnehmer. Denn wenn jeder weiß, was zu tun ist, dann ist allen geholfen. Viele Hilfsorganisationen und weitere Institutionen bieten Kurse an. Informieren Sie sich ganz einfach vor Ort. Weitere Informationen finden Sie unter

www.zweite-erste-hilfe.de



Impressum

Herausgeber:

Bundesministerium für Verkehr und digitale Infrastruktur
Invalidenstraße 44
10115 Berlin
www.bmvi.de

Deutscher Verkehrssicherheitsrat e. V.
Auguststraße 29
53229 Bonn
www.dvr.de

Verantwortliche Agentur:

Serviceplan Berlin GmbH & Co. KG
Haus der Kommunikation
Oranienburger Straße 18
10178 Berlin

Bildrechte:

Fotolia
Getty Images
Frank Eidel

Stand:

August 2014

Mehr Informationen unter

www.zweite-erste-hilfe.de



 **RUNTER**
VOM GAS



Bundesministerium
für Verkehr und
digitale Infrastruktur

