

Deine 3 Moves für's Leben: Prüfen - Rufen - Drücken

PRÜFEN



Prüfe schnell, ob die Person bewusstlos ist.
Zeigt sie keine Reaktion?

RUFEN

Rufe sofort 112 an.
Schalte das Telefon auf Lautsprecher.
Prüfe die Atmung.
Folge den Anweisungen am Telefon.



DRÜCKEN



Drücke mit beiden Händen 5-6 cm tief in die Mitte des Brustkorbs. 100-120 Mal pro Minute im Takt von z.B. „Atemlos“ oder „Stayin' Alive“ bis Hilfe kommt!

Merke Dir diese 3 Dinge bei einem plötzlichen Herz-Kreislaufstillstand!



GERMAN RESUSCITATION COUNCIL
DEUTSCHER RAT FÜR WIEDERBELEBUNG

Weil **Helden** nicht warten!
Bist Du auch ein **Held**?



Weitere Infos
www.grc-org.de

Folge uns

