

Breitenausbildung

# Erste **Hilfe** lernen...



...denn es ist ein gutes  
Gefühl helfen zu können.

## **Acht Gründe, Erste Hilfe zu lernen und zu leisten**

**+** Zu Hause, am Arbeitsplatz, in der Freizeit, im Urlaub oder im Straßenverkehr - jederzeit können wir in eine Lage kommen, in der wir auf Erste Hilfe anderer angewiesen sind oder jemand unsere Hilfe braucht.

**+** Viel häufiger als in der Öffentlichkeit - etwa bei Verkehrsunfällen - wird Erste Hilfe in unserem „privaten Umfeld“ erforderlich, also zum Beispiel in der Wohnung gegenüber Angehörigen, in der Schule, am Arbeitsplatz, beim Sport oder im Urlaub. Nicht das uns unbekannte Unfallopfer, der „anonyme Dritte“, sondern unsere Tochter, der Partner, die Kollegin, der Nachbar oder „Sportsfreund“ werden also wahrscheinlich von uns Erste Hilfe brauchen - oder wir von ihnen.

**+** Viele von uns leben mit Menschen zusammen, die aufgrund ihrer Lebenssituation auf unsere schnelle Erste-Hilfe-Leistung angewiesen sind: Risikopatienten (z. B. Herzinfarktgefährdete), Kleinkinder (z. B. nach Trinken giftiger Substanzen, Verschlucken von Gegenständen), alte Menschen (z. B. bei einem Knochenbruch nach einem Sturz).

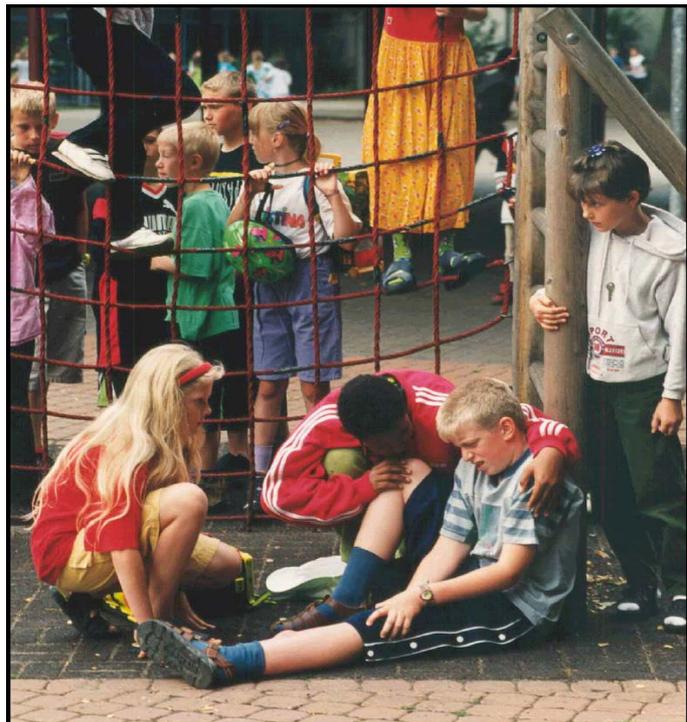
**+** An vielen Orten, an denen man sich aufhält, ist professionelle Hilfe nicht sofort erreichbar (z. B. im Urlaub). Es ist ein gutes Gefühl, wenn man dann in einer Notsituation helfen kann.

# Breitenausbildung

**+** Die meisten Situationen, in denen Erste Hilfe geleistet werden muss, sind nicht lebensbedrohlich. Die richtige Erste-Hilfe-Leistung kann Komplikationen verhindern und den Betroffenen vor bleibenden Schädigungen bewahren.

**+** Niemand kann für Schädigungen des Not- bzw. Unfallopfers, die durch Erste Hilfe entstanden sind, haftbar gemacht werden. Es sei denn, er handelt grob fahrlässig oder vorsätzlich.

Der Ersthelfer braucht also nicht mit „rechtlichen Konsequenzen“ zu rechnen, wenn er nach bestem Wissen und Gewissen die seinen Fähigkeiten entsprechende Hilfe leistet.



Andererseits kann sich aber wegen unterlassener Hilfeleistung strafbar machen, wer zumutbare Hilfe verweigert, obwohl er sie als notwendig erkannt hat.

**+** Fast jeder hat beim Erwerb des Führerscheins an einem Lehrgang „Lebensrettende Sofortmaßnahmen“ teilgenommen. Das erworbene Wissen verblasst aber schon nach relativ kurzer Zeit. „Regelmäßige Auffrischung“ der erlernten Kenntnisse und Fähigkeiten in Erster Hilfe sind etwa alle zwei bis drei Jahre notwendig.

**+** Kenntnisse und Fähigkeiten in Erster Hilfe gehören ebenso zu gesundheitsbewusstem Verhalten wie das Wissen über die richtige Ernährung oder die Bedeutung körperlicher Betätigung.

## Was heißt eigentlich Erste Hilfe **leisten**?

- Erste Hilfe leisten heißt Überbrückung von Notfallsituationen durch anwesende Laien bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes.
- Erste Hilfe leisten heißt Unterstützung der professionellen Retter.
- Erste Hilfe leisten heißt auch psychische Hilfestellung zu geben durch Trösten, Berühren, Händehalten.
- Erste Hilfe leisten heißt erste, einfache notfallmedizinische Handgriffe ausführen.
- Erste Hilfe leisten heißt auch: Helfen in einfachen alltäglichen Not- bzw. Unfallsituationen, in denen der Einsatz professioneller Retter nicht vonnöten ist.
- Erste Hilfe leisten heißt einen klaren Kopf zu behalten und zu wissen, worauf es ankommt.
- Erste Hilfe leisten heißt sicher zu sein, dass man helfen kann, wenn's darauf ankommt.

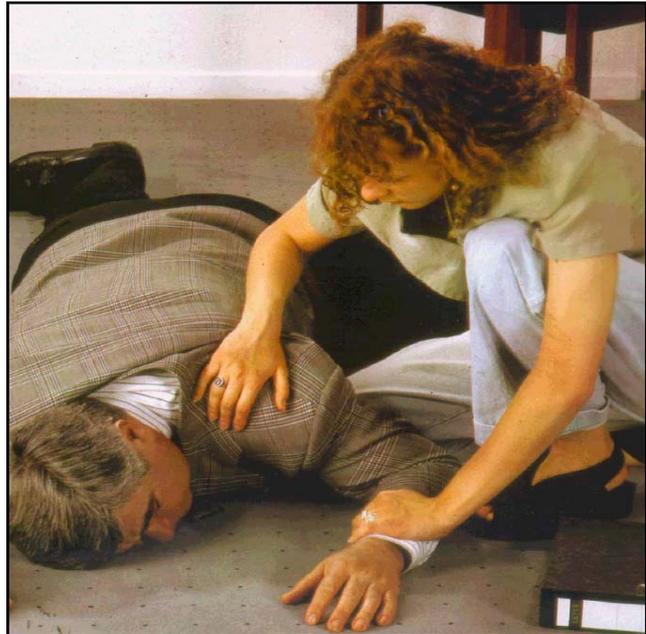
# Breitenausbildung

## Hand aufs Herz.

### Beherrschen Sie noch Erste Hilfe?

Nur ein kleines Beispiel: Im Büro klagt Ihr Kollege plötzlich über starke Schmerzen im Brustraum, ausstrahlend in den linken Arm, und sinkt hinter seinem Schreibtisch zusammen. Er ist blass und leidet zunehmend unter Atemnot. Ihr Kollege äußert Angstgefühl. Sie wollen ihm helfen.

Was würden Sie jetzt tun?



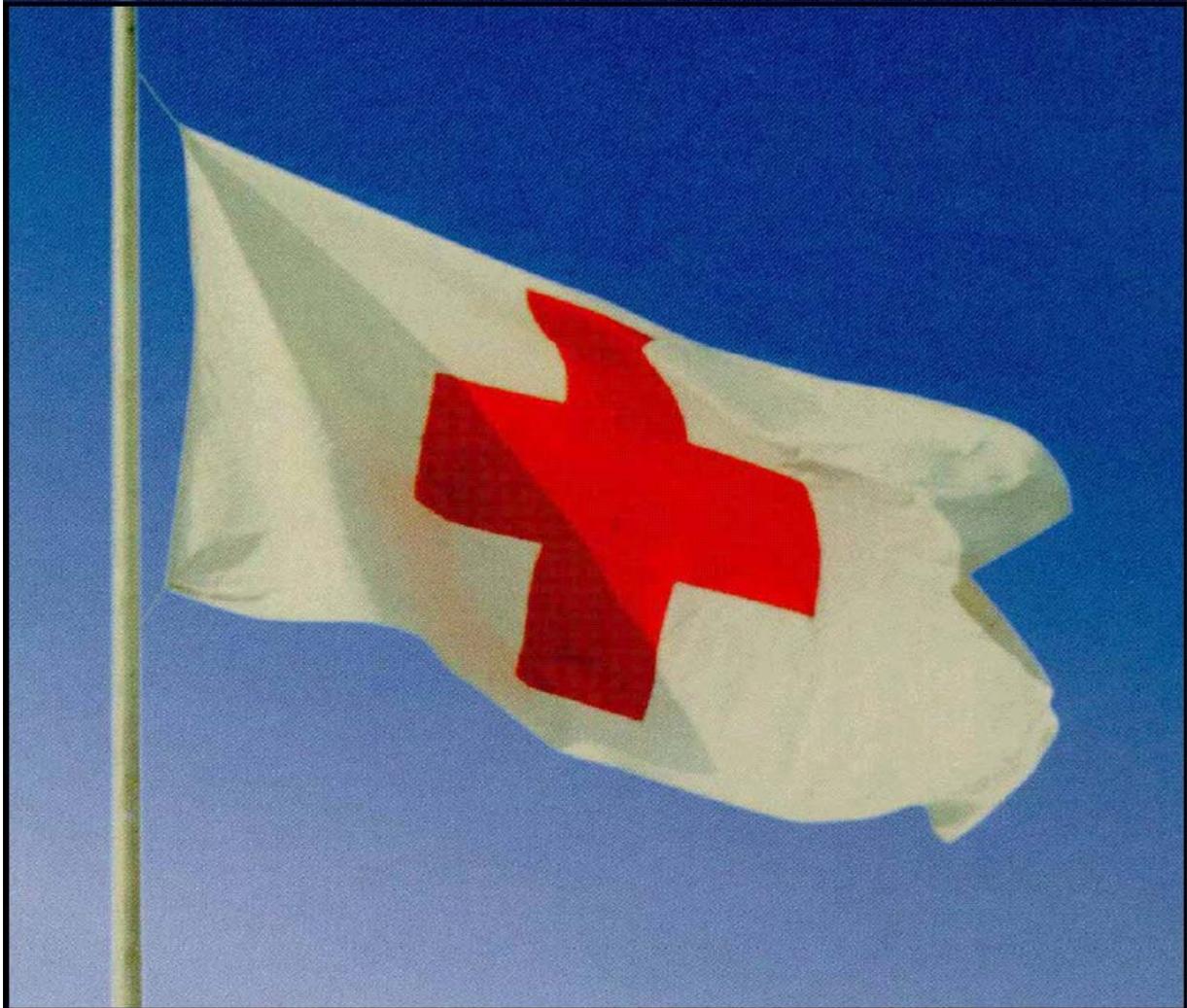
## Erste Hilfe Lehrgänge beim Roten Kreuz

Das Deutsche Rote Kreuz bietet eine Erste-Hilfe-Ausbildung an, an der pro Jahr über eine halbe Million Bürger teilnehmen. Gegenstand der Ausbildung sind lebensrettende Sofortmaßnahmen bei Not-/Unfällen und weitere Maßnahmen bei Verletzungen, plötzlichen Erkrankungen und Vergiftungen, deren Ursachen im Haushalt, im Betrieb, in der Freizeit oder im Straßenverkehr liegen können.

Die Ausbildung wird bei der Beantragung des Führerscheins für alle Fahrzeugklassen anerkannt und findet in acht Doppelstunden - in der Regel abends - statt.

**Übrigens:** Die Ausbildung in lebensrettenden Sofortmaßnahmen kann eine Ausbildung in Erster Hilfe nicht ersetzen. Sie vermittelt - in vier Doppelstunden - nur die wichtigsten Sofortmaßnahmen, besonders bei Unfällen im Straßenverkehr.

# Breitenausbildung



Melden Sie sich für einen Kursbesuch an. Sie lernen neue Menschen kennen und Wissen sich in Zukunft in jeder Situation zu helfen.

Einen Ansprechpartner finden Sie in der Kreisgeschäftsstelle.

© DRK- Generalsekretariat  
Carstennstraße 58  
12205 Berlin