

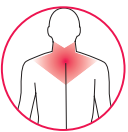
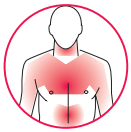


SYMPTOME KENNEN 144 RUFEN

Richtiges Verhalten bei Notfällen

Herzinfarkt, Hirnschlag und Herz-Kreislauf-Stillstand sind die häufigsten Notfälle in der Schweiz – pro Jahr über 50 000 Ereignisse.

Das Lebensrettungsprogramm HELP der Schweizerischen Herzstiftung hat das Ziel, dass die Bevölkerung in der Schweiz die Symptome eines Herz- oder Hirn-Notfalls kennt, unverzüglich die **Notrufnummer 144** alarmiert und Leben rettet!



Symptome bei Herzinfarkt

- heftiger, beengender Druck und klemmende Schmerzen in der Brustmitte von mindestens 15 Minuten Dauer, oft ausstrahlend in Schultern und Arme (meist links), den Hals, Unterkiefer oder Oberbauch
- Übelkeit, Schwäche, Schwitzen, eventuell kalte blasse Haut
- Angstgefühl, Atemnot



Symptome bei Hirnschlag

- plötzliche Schwäche, Lähmung oder Gefühlsstörung
- plötzliche Blindheit (oft nur auf einem Auge) oder Doppelbilder
- Sprachstörung und Verständnisschwierigkeiten
- heftiger Schwindel mit Gehunfähigkeit
- plötzlicher, ungewöhnlicher, heftiger Kopfschmerz



Richtiges Verhalten bei Herzinfarkt und Hirnschlag – jede Minute zählt!

- Alarmieren Sie den **Notruf 144**.
- Geben Sie Adresse (Standort), Name und Alter des Patienten bekannt.
- Lagern Sie den Patienten mit leicht angehobenem Oberkörper auf einer harten Unterlage oder am Boden.
- Öffnen Sie enge Kleider, Krawatte oder Büstenhalter.
- Beleuchten Sie in der Nacht Wohnung, Treppenhaus und Haustür. Bitten Sie einen Nachbarn, die Ambulanz einzuweisen, während Sie beim Patienten bleiben und ihn beruhigen.

Symptome bei Herz-Kreislauf-Stillstand

- keine Reaktion auf lautes Ansprechen und Schütteln
- keine Atmung

Die lebenswichtigen Schritte bei Personen ohne Reaktion auf Ansprechen oder Schütteln:



1 Hilfe rufen! Notrufnummer 144 kontaktieren!

→ AED (automatischer externer Defibrillator) holen lassen, falls vorhanden.

2 Patient ist im Kreislauf-Stillstand:

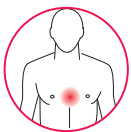
→ Unverzüglich mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung beginnen:

→ 2 Atemstösse gefolgt von **30 kräftigen Brustkorb-Kompressionen** mit einer Frequenz von 100 pro Minute, nach jeder Kompression vollständig entlasten. Mit diesen Zyklen (2:30) fortfahren.

→ Falls zu zweit: Nach 5 Zyklen Position wechseln.



3 Ohne Unterbruch mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung fortfahren, bis das Opfer sich bewegt, der Defibrillator angelegt und aufgeladen ist oder der Rettungsdienst übernimmt.



Im Notfall zählt jede Minute:

Wichtig ist der richtige Druckpunkt für die Herz-Lungen-Wiederbelebung (Brustkorbmitte, untere Brustbeinhälfte, mindestens 5 cm tief)!