

# Station 1: Verbrennung

Startnummer:



## Kontaktaufnahme und Absicherung

Zutreffendes bitte ankreuzen

Nimm **Kontakt** mit dem Verletzten/Erkrankten **auf**.

Mögliche Gefahr (Feuer, Ofen, etc.) erkennen

Die Person soll sich **hinsetzen oder hinlegen**.

## Notruf (kann auch später durchgeführt/veranlasst werden)

Wähle den Notruf! **Falls Verletzte immer 144**, oder im EU-Ausland **112**

korrekte Nummern: 144 Rettung, 133 Polizei, 122 Feuerwehr, 112 Euronotruf

**Wo** ist der Notfallort? Kilometerangaben, Hausnummern, genaue Ortsangabe

**Was** ist geschehen? Sturz, Atemnot, Unfall, Wunde, Gefahrengut (welche Kennzeichnung) ...

**Wie viele** Menschen sind betroffen? Zahl der Verletzten angeben

**Wer** ruft an? Eigenen **Namen** und **Telefonnummer** für eventuellen **Rückruf** angeben.

Leitstelle **beendet** das Telefonat.

## Verbrennung am Unterarm

Hinweis:  
Wasser in  
der Flasche  
ist  
handwarm.

Hinweis:  
Wasser in  
der Flasche  
ist  
handwarm.

Hinweis:  
Wasser in  
der Flasche  
ist  
handwarm.

**Spüle** die Wunde mit möglichst **handwarmem Wasser**.

Nimm eine **keimfreie**, falls vorhanden eine **speziell beschichtete Wundauflage** und bedecke die Wunde.

**Fixiere** diese **Wundauflage** locker mit einer Mullbinde.

## Basismaßnahmen

**Lagerung mit erhöhten Beinen bei:** Blutungen, **Verbrennungen**, Unterzuckerung, Kollaps

**Frische Luft:** **Öffne** beengende **Kleidung**. Achte darauf, dass Verletzte **langsam** und **ruhig atmen**.

**Wärme:** **Decke** Erkrankte **zu**, wenn ihnen **kalt** ist, und **schütze** sie vor **Sonne**, wenn es **heiß** ist.

**Psychische Betreuung:** Sorge für **Ruhe** und **beruhige** Verletzte. Bleibe bei Verletzten und **sprich** mit ihnen, damit sie wissen, dass jemand da ist, der sich ihrer annimmt.



Alles richtig,  
ohne Hilfestellung:  
„**Spitze, du hast alles richtig gemacht und bist schon ein Erste-Hilfe-Profi!**“



Teilweise richtig  
oder mit Hilfestellung:  
„**Super, du hast schon sehr viel richtig gemacht und bist ein Erste-Hilfe-Profi!**“



Nicht gemacht  
oder nicht beantwortet:  
„**Mach weiter so, du bist auf dem besten Weg ein Erste-Hilfe-Profi zu werden!**“



## Station 2: Schürfwunde

Startnummer:



<b>Kontaktaufnahme</b>	Zutreffendes bitte ankreuzen		
Nimm <b>Kontakt</b> mit dem Verletzten/Erkrankten <b>auf</b> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Die Person soll sich <b>hinsetzen oder hinlegen</b> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Hilferuf (falls noch kein Notruf absolviert wurde)</b>			
Ruf <b>laut</b> um <b>Hilfe</b> , damit jemand den <b>Notruf</b> durchführen kann.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Notruf (kann auch später durchgeführt/veranlasst werden, spätestens nach der Versorgung)</b>			
Wähle den Notruf! <b>Falls Verletzte immer 144</b> , oder im EU-Ausland <b>112</b> korrekte Nummern: 144 Rettung, 133 Polizei, 122 Feuerwehr, 112 Euronotruf	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Wo</b> ist der Notfallort? Kilometerangaben, Hausnummern, genaue Ortsangabe	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Was</b> ist geschehen? Sturz, Atemnot, Unfall, Wunde, Gefahrengut (welche Kennzeichnung) ...	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Wie viele</b> Menschen sind betroffen? Zahl der Verletzten angeben	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Wer</b> ruft an? Eigenen <b>Namen</b> und <b>Telefonnummer</b> für eventuellen <b>Rückruf</b> angeben.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Leitstelle <b>beendet</b> das Telefonat.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Knieverband</b>			
Spüle die Wunde <b>mit sauberem Wasser</b> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Lege eine <b>Wundauflage</b> auf die <b>Wunde</b> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Wickel die <b>Mullbinde</b> <b>rundherum</b> um damit die <b>Wundauflage</b> zu <b>fixieren</b> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Stecke das <b>Ende der Mullbinde</b> in den Verband.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Basismaßnahmen</b>			
<b>Lagerung:</b> Erkrankte immer so, dass sie wenig Schmerzen haben und sich möglichst wohl fühlen.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Frische Luft:</b> Öffne beengende <b>Kleidung</b> . Achte darauf, dass Verletzte <b>langsam</b> und <b>ruhig atmen</b> .	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Wärme:</b> <b>Decke</b> Erkrankte <b>zu</b> , wenn ihnen <b>kalt</b> ist, und <b>schütze</b> sie vor <b>Sonne</b> , wenn es <b>heiß</b> ist.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
<b>Psychische Betreuung:</b> Sorge für <b>Ruhe</b> und <b>beruhige</b> Verletzte. Bleibe bei Verletzten und <b>sprich</b> mit ihnen, damit sie wissen, dass jemand da ist, der sich ihrer annimmt.	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Alles richtig,  
ohne Hilfestellung:  
„**Spitze, du hast alles richtig gemacht und bist schon ein Erste-Hilfe-Profi!**“



Teilweise richtig  
oder mit Hilfestellung:  
„**Super, du hast schon sehr viel richtig gemacht und bist ein Erste-Hilfe-Profi!**“



Nicht gemacht  
oder nicht beantwortet:  
„**Mach weiter so, du bist auf dem besten Weg ein Erste-Hilfe-Profi zu werden!**“



# Station 3: Starke Blutung

Startnummer:



<b>Absicherung</b>	Zutreffendes bitte ankreuzen		
Mögliche Gefahr erkennen.			
Maschinen ausschalten, Kabel ausstecken oder Abstand halten			
<b>Kontaktaufnahme</b>			
Nimm <b>Kontakt</b> mit dem Verletzten/Erkrankten <b>auf</b> .			
Die Person soll sich <b>hinsetzen</b> oder <b>hinlegen</b> (situationsabhängig)			
<b>Hilferuf (falls noch kein Notruf absolviert wurde)</b>			
Ruf <b>laut</b> um <b>Hilfe</b> , damit jemand den <b>Notruf</b> durchführen kann.			
<b>Notruf (kann auch später durchgeführt/veranlasst werden, spätestens nach der Blutstillung)</b>			
Wähle den Notruf! <b>Falls Verletzte immer 144</b> , oder im EU-Ausland <b>112</b> korrekte Nummern: 144 Rettung, 133 Polizei, 122 Feuerwehr, 112 Euronotruf			
<b>Wo</b> ist der Notfallort? Kilometerangaben, Hausnummern, genaue Ortsangabe			
<b>Was</b> ist geschehen? Sturz, Atemnot, Unfall, Wunde, Gefahrengut (welche Kennzeichnung) ...			
<b>Wie viele</b> Menschen sind betroffen? Zahl der Verletzten angeben			
<b>Wer</b> ruft an? Eigenen <b>Namen</b> und <b>Telefonnummer</b> für eventuellen <b>Rückruf</b> angeben.			
Leitstelle <b>beendet</b> das Telefonat.			
<b>Starke Blutung – Druckverband</b>			
Der Verletzte soll <b>selbst fest</b> auf die <b>Wunde</b> drücken.			
Die Person soll sich <b>hinsetzen</b> oder <b>hinlegen</b> (situationsabhängig)			
Ziehe <b>Handschuhe</b> an.			
	Hinweis: Druck- verband	Hinweis: Druck- verband	Hinweis: Druck- verband
Drücke dann eine <b>saubere Wundauflage</b> fest auf die <b>Wunde</b> .			
Lege jetzt einen <b>saugfähigen Druckkörper</b> (Momentverband, Mullbinde oder Dreiecktuch), der <b>größer</b> als die <b>Wunde</b> ist, auf den Verband und <b>wickle</b> diesen <b>fest ein</b> .			
<b>Hochlagern</b> des <b>verletzten Körperteils</b> verstärkt die Wirkung des Druckverbands.			
<b>Basismaßnahmen</b>			
<b>Frische Luft:</b> Öffne beengende <b>Kleidung</b> . Achte darauf, dass Verletzte <b>langsam</b> und <b>ruhig atmen</b> .			
<b>Lagerung mit erhöhten Beinen bei:</b> Blutungen, Verbrennungen, Unterzuckerung, Kollaps			
<b>Wärme:</b> <b>Decke</b> Erkrankte <b>zu</b> , wenn ihnen <b>kalt</b> ist, und <b>schütze</b> sie vor <b>Sonne</b> , wenn es <b>heiß</b> ist.			
<b>Psychische Betreuung:</b> Sorge für <b>Ruhe</b> und <b>beruhige</b> Verletzte. Bleibe bei Verletzten und <b>sprich</b> mit ihnen, damit sie wissen, dass jemand da ist, der sich ihrer annimmt.			



Alles richtig,  
ohne Hilfestellung:  
„**Spitze, du hast alles richtig gemacht und bist schon ein Erste-Hilfe-Profi!**“



Teilweise richtig  
oder mit Hilfestellung:  
„**Super, du hast schon sehr viel richtig gemacht und bist ein Erste-Hilfe-Profi!**“



Nicht gemacht  
oder nicht beantwortet:  
„**Mach weiter so, du bist auf dem besten Weg ein Erste-Hilfe-Profi zu werden!**“



# Station 4: Armverletzung

Startnummer:



<b>Kontaktaufnahme</b>	Zutreffendes bitte ankreuzen		
Nimm <b>Kontakt</b> mit dem Verletzten/Erkrankten <b>auf</b> .			
Die Person soll sich <b>hinsetzen oder hinlegen</b> (situationsabhängig)			
<b>Hilferuf (falls noch kein Notruf absolviert wurde)</b>			
Ruf <b>laut</b> um <b>Hilfe</b> , damit jemand den <b>Notruf</b> durchführen kann.			
<b>Notruf (kann auch später durchgeführt/veranlasst werden, spätestens nach der Versorgung)</b>			
Wähle den Notruf! <b>Falls Verletzte immer 144</b> , oder im EU-Ausland <b>112</b> korrekte Nummern: 144 Rettung, 133 Polizei, 122 Feuerwehr, 112 Euronotruf			
<b>Wo</b> ist der Notfallort? Kilometerangaben, Hausnummern, genaue Ortsangabe			
<b>Was</b> ist geschehen? Sturz, Atemnot, Unfall, Wunde, Gefahrgut (welche Kennzeichnung)...			
<b>Wie viele</b> Menschen sind betroffen? Zahl der Verletzten angeben			
<b>Wer</b> ruft an? Eigenen <b>Namen</b> und <b>Telefonnummer</b> für eventuellen <b>Rückruf</b> angeben.			
Leitstelle <b>beendet</b> das Telefonat.			
<b>Armverletzung</b>			
Sorge für eine <b>bequeme Lagerung</b> . Frag den Verletzten, <b>wo</b> er <b>Schmerzen</b> hat.			
<b>Verknote</b> die <b>Spitze</b> eines <b>Dreiecktuchs</b> . Die <b>Spitze</b> liegt <b>gegenüber</b> der langen Seite.			
<b>Ziehe</b> ein <b>Ende</b> des <b>Dreiecktuchs</b> unter dem <b>verletzten Arm</b> durch.			
<b>Lege</b> den <b>Arm</b> in das eingeschlagene Dreiecktuch.			
<b>Ziehe</b> beide <b>Enden</b> nach oben. Den betroffenen Arm muss der Verletzte jetzt in eine <b>angenehme Position</b> bringen (waagrecht oder besser leicht erhöht.)			
<b>Verknote</b> die <b>Enden</b> seitlich des Nackens.			
<b>Entferne Schmuck</b> . Tritt eine <b>Schwellung</b> auf, leg <b>kühlende Umschläge</b> auf.			
Falls <b>kein Notruf</b> gewählt wird: Lass die Verletzung von einem <b>Arzt</b> untersuchen.			
<b>Basismaßnahmen</b>			
<b>Frische Luft:</b> <b>Öffne</b> beengende <b>Kleidung</b> . Achte darauf, dass Verletzte <b>langsam</b> und <b>ruhig</b> atmen.			
<b>Lagerung mit erhöhten Beinen bei:</b> Blutungen, Verbrennungen, Unterzuckerung, Kollaps			
<b>Wärme:</b> <b>Decke</b> Erkrankte <b>zu</b> , wenn ihnen <b>kalt</b> ist, und <b>schütze</b> sie vor <b>Sonne</b> , wenn es <b>heiß</b> ist.			
<b>Psychische Betreuung:</b> Sorge für <b>Ruhe</b> und <b>beruhige</b> Verletzte. Bleibe bei Verletzten und <b>sprich</b> mit ihnen, damit sie wissen, dass jemand da ist, der sich ihrer annimmt.			



Alles richtig, ohne Hilfestellung:  
„**Spitze, du hast alles richtig gemacht und bist schon ein Erste-Hilfe-Profi!**“



Teilweise richtig oder mit Hilfestellung:  
„**Super, du hast schon sehr viel richtig gemacht und bist ein Erste-Hilfe-Profi!**“



Nicht gemacht oder nicht beantwortet:  
„**Mach weiter so, du bist auf dem besten Weg ein Erste-Hilfe-Profi zu werden!**“



# Station 5: Bewusstlosigkeit

Startnummer:



## Notfallcheck

Zutreffendes bitte ankreuzen

### Bewusstseinskontrolle

Sprich den Verletzten bzw. den Erkrankten **laut** an  
und **schüttele** ihn **sanft** an den **Schultern**.

### Hilferuf

Ruf **laut** um **Hilfe**, damit jemand den **Notruf** durchführen und einen **Defibrillator** sowie einen **Verbandskasten** holen kann.

### Freimachen der Atemwege

**Überstrecke** den **Kopf**, indem du eine **Hand** auf die **Stirn** legst  
und mit der anderen **das Kinn hochziehst**.

### Atemkontrolle

Überprüfe **nicht länger als zehn Sekunden**,  
ob du normale **Atmung hörst, siehst** oder **fühlst**.

**Schau**, ob sich **Brustkorb** und **Bauch** wie bei der normalen Atmung **bewegen**.

## Stabile Seitenlage

Lege den **Arm** auf **deiner Seite** im **rechten Winkel** weg vom **Körper**.

**Ziehe** das **gegenüberliegende Knie hoch** und lege das **Handgelenk** des anderen Arms  
darauf.

**Drehe** den **Bewusstlosen** zu dir.

**Überstrecke** den **Kopf** vorsichtig.

## Notruf (spätestens zu diesem Zeitpunkt)

Wähle den Notruf! **Falls Verletzte immer 144**, oder im EU-Ausland **112**  
korrekte Nummern: 144 Rettung, 133 Polizei, 122 Feuerwehr, 112 Euronotruf

**Wo** ist der Notfallort? Kilometerangaben, Hausnummern, genaue Ortsangabe

**Was** ist geschehen? Sturz, Atemnot, Unfall, Wunde, Gefahrengut (welche Kennzeichnung) ...

**Wie viele** Menschen sind betroffen? Zahl der Verletzten angeben

**Wer** ruft an? Eigenen **Namen** und **Telefonnummer** für eventuellen **Rückruf** angeben.

Leitstelle **beendet** das Telefonat.

## Basismaßnahmen

**Frische Luft:** **Öffne** beengende **Kleidung**. Achte darauf, dass Verletzte **langsam** und **ruhig**  
**atmen**.

**Wärme:** **Decke** Erkrankte **zu**, wenn ihnen **kalt** ist, und **schütze** sie vor **Sonne**, wenn es **heiß** ist.

**Psychische Betreuung:** Sorge für **Ruhe** und **beruhige** Verletzte. Bleibe bei Verletzten und  
**sprich** mit ihnen, damit sie wissen, dass jemand da ist, der sich ihrer annimmt.



Alles richtig,  
ohne Hilfestellung:  
„**Spitze, du hast alles richtig  
gemacht und bist schon ein  
Erste-Hilfe-Profi!**“



Teilweise richtig  
oder mit Hilfestellung:  
„**Super, du hast schon sehr viel  
richtig gemacht und bist ein  
Erste-Hilfe-Profi!**“



Nicht gemacht  
oder nicht beantwortet:  
„**Mach weiter so, du bist auf dem  
besten Weg ein Erste-Hilfe-Profi  
zu werden!**“

