

Erste Hilfe nach Verkehrsunfall – Checkliste

1. UNFALLSTELLE ABSICHERN

- Warnblinkanlage einschalten
- Warnweste anziehen
- Fahrzeug sicher abstellen (10–20 m Abstand)
- Warndreieck aufstellen (50/100/150+ Meter)
- Gefahren prüfen (Brand, Airbag, Verkehr)

2. NOTRUF 112 (die fünf W)

- **Wo** ist der Unfall?
- **Was** ist passiert?
- **Wie viele** Verletzte? Welche Verletzungen?
- **Wer** ruft an?
- **Warten** auf Rückfragen!

3. ERSTE HILFE

- Bewusstsein prüfen
- Bei Bewusstlosigkeit: Atmung prüfen (max. 10 Sek.)

Bei normaler Atmung:

- Stabile Seitenlage
- Atmung regelmäßig kontrollieren

Bei fehlender Atmung:

- Sofort Wiederbelebung starten!
- 30 x Herzdruckmassage (5–6 cm tief, 100–120x/Min.)
- 2 x Beatmung
- Wiederholen, bis Rettungsdienst eintrifft

Bei starken Blutungen:

- Druckverband anlegen
- Körperteil hochlagern

Bei Schock:

- Beruhigen, hinlegen, Beine hochlagern
- Vor Auskühlung schützen

4. RETTEN AUS DEM FAHRZEUG (nur bei akuter Gefahr!)

- Zündung ausschalten
- Sicherheitsgurt lösen
- Rettungsgriff anwenden
- An sicheren Ort bringen
- Erste Hilfe leisten

5. WICHTIG!

- Nie die Unfallstelle verlassen, bevor weitere Hilfe da ist!
- Verletzte nicht allein lassen!
- Helfen ist Pflicht – unterlassene Hilfeleistung ist strafbar!