

KINDER  
RETTEN  
LEBEN



DOC PUCK ZEIGT ES!

100 x Drücken pro  
Minute rettet Leben!

## 1 PRÜFEN

Sprecht die Person an:  
"Hören Sie mich?"

Schüttelt an den Schultern:  
Keine Reaktion?

Achtet auf die Atmung:  
Keine Atmung oder keine  
normale Atmung?



## 2 RUFEN

Ruft die 112 an.



112

## 3 DRÜCKEN

**Wichtig: fangt direkt mit  
der Herzdruckmassage an!**

Legt dafür die Hände auf  
die Mitte des Brustkorbes.

Drückt fest und schnell  
ca. 100 x pro Minute.

Bereits nach 4 bis 5 Minuten sterben  
Gehirnzellen für immer ab. Die sofortige  
Herzdruckmassage verdoppelt bis  
verdreifacht die Überlebenschance.



[youtube.com/c/DOCPUCKZEIGTES](https://www.youtube.com/c/DOCPUCKZEIGTES)

[instagram.com/docpuckzeitges/](https://www.instagram.com/docpuckzeitges/)

[docpuckzeitges.de](https://www.docpuckzeitges.de)

DOC PUCK ZEIGT ES!

KINDER  
RETTEN  
LEBEN

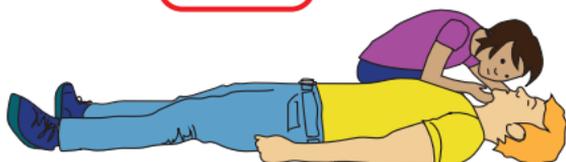
# STABILE SEITENLAGE

DARAUF MUSST DU ACHTEN:

1 NOTRUF WÄHLEN!

112

2 PRÜFEN



3 ARME POSITIONIEREN:

Den nahen Arm anwinkeln, Handinnenfläche zeigt nach oben.

Den anderen Arm vor der Brust kreuzen und die Handoberfläche an die Wange legen.



4 ZIEHE DEN OBERSCHENKEL HOCH UND BEUGE DAS FERNE BEIN

5 ZIEHE DEN BETROFFENEN ZU DIR RÜBER  
Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte.



6 MUND ÖFFNEN

7 KOPF ÜBERSTRECKEN

Hand an der Wange so ausrichten, dass der Kopf überstreckt bleibt.