



Was auch kommt.  
Zählen Sie auf uns!



Ausgabe 03

# RatgeberFuhrpark

Erste Hilfe:  
Wie ging das noch gleich?

Firmen

**HDI**  
**GERLING**

**Hand aufs Herz: Wissen Sie noch, wie genau die stabile Seitenlage oder eine Herz-Lungen-Wiederbelebung funktioniert? Oder wie eine Unfallstelle richtig abgesichert wird? Auch wenn jeder Führerscheinbesitzer einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert hat – das Wissen ist schnell verblasst. Die traurige Konsequenz: Viele Menschen helfen in Notsituationen nicht – aus Angst, etwas falsch zu machen.**

Dabei ist in Deutschland jeder gesetzlich verpflichtet, Erste Hilfe zu leisten. Helfen Sie nicht, machen Sie sich strafbar. Sie trauen sich Erste Hilfe nicht zu? Haben Sie keine Angst, etwas falsch zu machen – Sie können viel Hilfreiches tun! Beruhigen Sie den Verletzten, indem Sie seine Hand halten und mit ihm sprechen. Tun Sie dies so ruhig wie möglich – so fühlt er sich sicher. Beschreiben Sie angelaufene Hilfsmaßnahmen, zum Beispiel: „Der Rettungswagen kommt gleich“. Hierdurch geben Sie dem Verletzten das Gefühl, nicht allein zu sein.

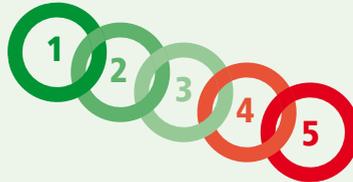
## § 323c Strafgesetzbuch (StGB) – „Unterlassene Hilfeleistung“

„Wer bei Unglücksfällen oder gemeiner Gefahr oder Not nicht Hilfe leistet, obwohl dies erforderlich und ihm den Umständen nach zuzumuten, insbesondere ohne erhebliche eigene Gefahr und ohne Verletzung anderer wichtiger Pflichten möglich ist, wird mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe bestraft.“

Nicht immer muss es eine gefährliche Situation im Straßenverkehr sein: Ein Kind fällt vom Fahrrad, beim Kochen schwappt das heiße Wasser über oder jemand stürzt beim Sport – auch Sie können leicht in Situationen kommen, in denen Sie Erste Hilfe leisten müssen.

**Keine Panik – halten Sie sich einfach an die Rettungskette:**

- 1. Absichern und Eigenschutz**
- 2. Notruf absetzen**
- 3. Lebensrettende Sofortmaßnahmen**
- 4. Erste-Hilfe-Leistung**
- 5. Rettungsdienst und Krankenhaus**



## Absichern und Eigenschutz

Als Erstes sichern Sie immer die Unfallstelle ab. Im Straßenverkehr bedeutet das: Warnblinker einschalten, Warnweste anziehen und Warndreieck aufstellen. Stellen Sie das Dreieck gut sichtbar in einem Abstand von 100 Metern auf. Auf Autobahnen halten Sie einen Abstand von 200 Metern ein. Achtung bei Kurven und Kuppen: Ist der Blick auf die Unfallstelle eingeschränkt, stellen Sie das Warndreieck sicherheitshalber mit etwas größerem Abstand auf.



Eigenschutz bedeutet, im Notfall für Sie gefährliche Situationen zu erkennen – und Vorkehrungen zu treffen. Laufen Sie beim Aufstellen des Warndreiecks immer hinter der Leitplanke und wenn möglich gegen den Verkehrsfluss. Wenn Sie den Eigenschutz beachten, verhindern Sie, dass Hilfeleistende sich unnötig einer erhöhten Gefahr aussetzen, weil sie blindlings in die Situation hineinlaufen. Nur ein unverletzter Helfer kann helfen, ein geschädigter Helfer ist ein Hilfsbedürftiger mehr!

## Notruf absetzen

Bei schwereren Schäden oder verletzten Personen rufen Sie unter der 112 Polizei und Rettungsdienst an – entweder per Handy oder von der nächstgelegenen Notrufsäule.

**Beachten Sie hierbei die fünf W-Fragen:**

- **Wo** ist etwas geschehen?
- **Wer** ruft an?
- **Was** ist geschehen?
- **Wie** viele Personen sind betroffen?
- **Warten** auf Rückfragen!

Bleiben Sie so lange am Telefon, bis die Leitstelle keine Fragen mehr hat und das Gespräch beendet.

Machen Sie die Leitstelle auf verschärfte Risikosituationen aufmerksam. Dazu gehören eingeklemmte Personen, ein ausgebrochenes Feuer oder auslaufende Flüssigkeiten. Bei Verkehrsunfällen mit Gefahrguttransporten weisen Sie die Leitstelle auf die orangefarbenen Warntafeln hin – eventuell auch auf die darauf verzeichneten Kennzahlen.

## Lebensrettende Sofortmaßnahmen

Lebensrettende Maßnahmen bedeuten: Sie bringen das Unfallopfer aus der Gefahrenzone und überprüfen die Vitalfunktionen: Ist der Betroffene bei Bewusstsein? Atmet er? Schlägt das Herz? Erfordert es die Situation, stabilisieren Sie die Vitalfunktionen. Bei einem Herz-Kreislauf- oder Atemstillstand leiten Sie die Wiederbelebensmaßnahmen ein: Herzdruckmassage und Beatmung.

## Stabile Seitenlage und Erste-Hilfe-Leistung

Ist der Verletzte bei Bewusstsein, sprechen Sie mit ihm, spenden ihm Trost. Falls nicht, wenden Sie den lebensrettenden Handgriff an: Überstrecken Sie seinen Kopf nach hinten. Das strafft die Zunge und hält seine Atemwege frei. Atmet der Verletzte (wieder) normal, bringen Sie ihn in die stabile Seitenlage. Bis zum Eintreffen des per Notruf alarmierten Rettungsdienstes wird der Betroffene ständig überwacht. So können bei einer Verschlechterung des Zustandes rechtzeitig weitere Maßnahmen eingeleitet und erwachende Betroffene beruhigt werden.



Stabile Seitenlage

fene beruhigt werden.

Bei einem Atemstillstand können Sie den Kreislauf des Verletzten durch eine Herz-Lungen-Wiederbelebung aufrechterhalten. Dafür kombinieren Sie die Herzdruckmassage mit der Mund-zu-Mund- oder Mund-zu-Nase-

Beatmung. Es gilt: Auf 30 Kompressionen folgen zwei Beatmungen. Wenn Sie unsicher sind, konzentrieren Sie sich auf die Herzdruckmassage: Drücken Sie dabei in der Mitte des Brustkorbs mindestens fünf Zentimeter tief und wiederholen Sie diese Bewegung mindestens 100 Mal pro Minute. Wichtig: kräftig drücken und nicht unterbrechen!

## Rettungsdienst/Krankenhaus

Führen Sie die Erste Hilfe so lange durch, bis der Rettungsdienst eingetroffen ist und die Versorgung des Verletzten übernimmt. Da die Herzdruckmassage auf keinen Fall unterbrochen werden darf, ist sie körperlich sehr anstrengend. Rufen Sie nach Helfern, die Sie dabei unterstützen – das Überleben des Verletzten hängt davon ab.

Am wichtigsten ist es, überhaupt zu helfen. Auch wenn Sie sich in einer Notfallsituation nicht mehr an jedes Detail erinnern können: Es gibt nur einen Fehler – nicht zu helfen!

**Bestellen Sie sich  
Ihren kostenlosen  
Sammelordner für die  
RatgeberFuhrpark-  
Ausgaben. Einfach im  
Internet das Bestell-  
formular ausfüllen.**

**HDI-Gerling**  
**Firmen und Privat Versicherung AG**  
Riethorst 2  
30659 Hannover  
[fp.kraftfahrtversicherung@hdi-gerling.de](mailto:fp.kraftfahrtversicherung@hdi-gerling.de)  
[www.hdi-gerling.de/ratgeber-fuhrpark](http://www.hdi-gerling.de/ratgeber-fuhrpark)

Hinweis:  
Dies ist eine allgemeine  
Information, die rechtlich  
nicht verbindlich ist  
und keine Rechtsberatung  
darstellt.