

Jeden kann es treffen - aber auch jeder kann ein Leben retten!



IN.PULS.
KÄRNTEN

Gib dem Herzstillstand keine Chance!

www.in-puls-kaernten.com



Keine Reaktion,
keine normale Atmung ?

Herzstillstand !



rufen.

Notruf 144 wählen



drücken.

Kräftig und schnell 100 mal
pro Minute in die Mitte des
Brustkorbs drücken



schocken.

Falls ein Defibrillator vorhan-
den ist, diesen einschalten
und Anweisungen folgen

1. Notruf & Erste Einschätzung

Bei einer reglosen Person rufen Sie sofort 144 (oder 112). Prüfen Sie Reaktion und Atmung: Kopf überstrecken, Brustkorb beobachten, max. 5–10 Sekunden prüfen.

- ▶ Normale Atmung: stabile Seitenlage - weiterhin engmaschig Atmung kontrollieren!
- ▶ Keine Atmung: sofort mit Herzdruckmassage beginnen.

2. Wiederbelebung (CPR)

Drücken Sie 100–120×/Minute kräftig in der Mitte des Brustkorbs 5cm - max. 6cm

- ▶ Mit Beatmung (falls sie geübt sind!)

30× drücken, dann 2× beatmen (Kopf überstrecken, Nase zuhalten), weiter mit 30× drücken – bis Rettung eintrifft. Unterbrechung der Herz-Lungen-Wiederbelebung so kurz wie möglich halten!

3. AED (Defibrillator)

Ist ein AED verfügbar, lassen Sie ihn holen, einschalten, Klebeelektroden laut Anleitung aufkleben und den Sprachanweisungen folgen.

- ▶ Herzdruckmassage nur unterbrechen, wenn das Gerät dazu auffordert.

Plötzlicher Herztod – er kommt ohne Vorwarnung!

Jährlich sterben in Österreich über 12.000 Menschen daran – oft mitten im Alltag, zu Hause oder beim Sport. Die Ursache ist meist ein Kammerflimmern, ein elektrisches Chaos im Herzen. Ohne sofortige Hilfe endet es tödlich. Doch jede Minute zählt:

Durch frühzeitige Herzdruckmassage und den Einsatz eines Defibrillators kann Leben gerettet werden – vielleicht das eines geliebten Menschen.



ÖSTERREICHISCHER RAT
FÜR WIEDERBELEBUNG

keine Reaktion, **?**
keine normale Atmung **?**

Herzstillstand **!**

rufen.
drücken.
schocken.

In Zusammenarbeit mit



Verein für interdisziplinäre Fortbildung / Notfallinitiative

IN.PULS.KÄRNTEN

E-Mail: kontakt@in-puls.kaernten.at

IBAN: AT21 1700 0001 1300 1135

ZVR: 1902988745

Version 1.2 / 07.2025