



Nous vous remercions d'avoir
acheté un produit Baladéo.
Un soin tout particulier a été
apporté à sa réalisation et
nous sommes persuadés qu'il
vous donnera entière
satisfaction.

We thank you for buying
a Baladéo product. We
have given a particular
care to its production
and hope it will entirely
fulfill your expectations.

Wir beglückwünschen Sie zum
Kauf eines Produkts der Marke
Baladéo. Wir haben diesem
Produkt sehr viel Beachtung
geschenkt und hoffen, dass es
Ihnen bei der Benutzung sehr
viel Freude bereitet.

MANUEL DE PREMIERS SECOURS

FIRST AID MANUAL / ERSTE-HILFE-RATGEBER



Couverture de survie 2 faces (or / argent) : surface argentée à l'extérieur : renvoie les rayons calorifiques et isole de la chaleur (climatisation efficace d'une tente, d'une voiture). Surface dorée à l'extérieur : isole de l'humidité, du froid et de la pluie (en cas d'accident, permet de conserver la température du corps).

Emergency blanket 2 sides (gold / silver) : silver side on the outside : reflects calorific rays and isolates from heat (efficient air conditioning for a tent, a car). Gold side on the outside : protect from humidity, cold and rain (can keep body temprature stable in case of accidents).

Rettungsdecke 2 Seiten (gold/silber): silberne Oberfläche außen: Abstrahlung der wärmeerzeugenden Sonnenstrahlen und Isolation gegen Wärme (effiziente Klimatisierung eines Zelttes der eines Autos). Goldene Oberfläche außen: Isolierung gegen Feuchtigkeit, Kälte und Regen (im Falle eines Unfalls kann dadurch die Temperatur des Körpers gehalten werden).

Marteau brise vitre coupe ceinture
Emergency hammer
Notfallhammer mit Gurtschneider



4 compresses de gaz 5x5 cm
4 gauze sponges 5x5 cm
4 Mull-Kompressen 5x5 cm



1 rouleau de bande de gaz 6x400 cm
1 PBT bandage 6x400cm
1 Mullbinde 6x400 cm



1 bandage triangulaire
1 triangular bandage
1 dreieckige Binde

Pince en plastique
Plastic nipper
Pinzette aus Kunststoff



Ciseaux en métal et plastique
Metal and plastic Scissors
Schere aus Metall und Plastik



1 paire de gants en vinyle
1 pair of vinyl gloves
1 Paar Handschuhe aus vinyl





17 Bandages adhésifs
17 Adhesive bandages
17 Tape-Verbände



4 compresses alcoolisées
4 alcohol pads
4 Alkoholtupfer



Rouleau de sparadrap
Roll of tape
Pflasterrolle



Français.....02

English.....09

Deutsch.....16



Conseils	03
Accidents de la circul.....	03
Etouffement	04
Asphyxie	04
Brûlures	05
Ele.....	05
Empoisonnement	05
Morsure de serpent	06
Piqûre d'insecte	06
Plaies	06
Saignement de nez	06
Tétanie	06
Malaise cardiaque	07
Perte de conscience	07
Traumatisme divers	08



CONSEILS:

En cas d'urgence :

- Rester calme.
- Protéger la victime et le lieu de l'accident. **NE PAS DÉPLACER LES VICTIMES** sauf s'il y a un risque d'un nouvel accident.
- Alerter les secours. Aujourd'hui un numéro unique d'urgence est en place dans tous les pays européens, le 112. Pour une information concise et efficace, indiquer, dans l'ordre :
 - Le numéro de téléphone d'où vous appelez,
 - la localisation précise de l'accident (ville, rue, numéro, près de...),
 - la nature de l'accident et des risques qui persistent,
 - le nombre de personnes concernées
 - l'état apparent des victimes,
 - les premiers gestes effectués.
- En attendant les secours, rassurer la victime

ACCIDENT DE LA CIRCULATION

Garer correctement votre voiture

Mettre les feux de détresse du véhicule accidenté lorsque cela est possible. Disposer des balises à 150 mètres avant et après l'accident. Ne pas déplacer les victimes. Pour les motards, ne pas enlever le casque des victimes. APPELER LES SECOURS.



ETOUFFEMENT

Si une personne s'étouffe suite à l'absorption d'un corps étranger ou d'une déviation en s'alimentant: donner 5 claques vigoureuses dans le dos de la victime. Si le malaise persiste, se mettre derrière la victime, placer ses bras sous ceux de la victime, appliquer le poing au creux de son abdomen (mettre un poing au dessus du nombril, l'autre main par-dessus votre poing) et tirer vigoureusement vers soi et vers le haut à 5 reprises.

Chez l'enfant de moins de 1 an :

Placer le nourrisson à plat ventre sur votre avant bras, le visage légèrement dirigé vers le sol.

Effectuer 5 claques avec le plat de votre main ouverte entre les deux omoplates.

Avant de retourner l'enfant, retirer le corps étranger avec vos doigts en veillant à ne pas l'enfoncer dans la gorge de l'enfant. En cas d'échec, retourner le nourrisson sur le dos, l'allonger tête basse sur l'avant bras et la cuisse.

Comprimer au milieu de la poitrine, avec deux doigts dans la partie inférieure du sternum, sans appuyer sur l'extrémité inférieure du sternum.

ASPHYXIE

Basculer la tête de la victime en arrière et lui maintenir la tête dans cette position.

Essayer de réanimer la victime en pratiquant le bouche à bouche ou le bouche à nez :

Inspirez profondément. Souffler progressivement et fortement dans la bouche ou le nez de la victime. La poitrine se soulève. Ecarter votre bouche, la poitrine s'affaisse. Recommencer les insufflations 12 à 15 fois. **APPELER LE SAMU.**

Remarque : vous ne courez aucun risque d'infection du virus HIV en pratiquant le bouche à bouche à une victime.



BRÛLURES

Refroidir abondamment la surface atteinte avec de l'eau claire pendant au moins 5 minutes. L'eau doit ruisseler sans pression en débordant largement la lésion.

Appliquer une ou plusieurs compresses stériles sur la brûlure.

Si les vêtements de la victime sont en feu, rouler la personne dans une couverture. Allonger la victime sur un linge propre, la tête horizontale et les pieds légèrement surélevés. Ne pas percer les cloques. Ne pas donner à boire. Surveiller les fonctions vitales. **APPELER LES POMPIERS.**

ELECTROCUTION

Supprimer l'alimentation électrique en débranchant la prise de l'appareil. Si nécessaire, couper le courant. En pensant à bien s'isoler préalablement, dégager la victime et la soustraire au contact de tout conducteur.

APPELER le médecin, même dans les cas qui semblent bénins.

EMPOISONNEMENT

Déterminer la cause de l'empoisonnement. En attendant le médecin, coucher la victime sur le côté. Ne rien faire avaler et **TÉLÉPHONER AU CENTRE ANTI-POISON** le plus proche. En cas de convulsions, introduire dans la bouche un objet résistant enveloppé pour que la victime ne s'étouffe pas.

MORSURE DE SERPENT

Calmer et rassurer le patient. L'étendre sur le dos, menton contre la poitrine et lui interdire strictement tout mouvement. Placer un lien modérément serré entre la morsure et le cœur. Injecter un sérum antivenimeux. **APPELER LE MÉDECIN.**



PIQÛRES D'INSECTE (abeille, frelon, guêpe,...)

Retirer délicatement le dard. Nettoyer et désinfecter la piqûre de la même façon qu'une plaie. En cas d'allergie, de malaise, de gonflement local important, et de piqûre dans la bouche ou la gorge,
APPELER LE MÉDECIN.

PLAIES

Rincer la plaie sous l'eau en vérifiant qu'il ne reste pas de corps étrangers. Désinfecter la plaie avec un antiseptique et la recouvrir d'un pansement. En cas d'infection (rougeur, douleur, fièvre) **APPELER LE MÉDECIN.** Si la plaie est profonde, ne pas la désinfecter et ne jamais essayer de retirer le corps étranger. Appliquer une compresse stérile, appuyer et fixer le pansement avec une bande bien serrée. **APPELER LE MÉDECIN.**

Si la plaie saigne abondamment, Comprimer immédiatement la plaie avec la paume de la main, en se protégeant à l'aide d'un gant, d'un film plastique ou d'un tampon, Allonger la victime, **ALERTER LES SECOURS,** reprendre la compression manuelle jusqu'à l'arriver des secours.

SAIGNEMENT DE NEZ

Tenir la tête du patient droite et lui comprimer le haut de la narine qui saigne. Si le saignement persiste,
APPELER UN MÉDECIN



TÉTANIE

Une crise de tétanie est une suite de contractions musculaires spasmodiques.

Eloigner l'entourage. Rassurer le malade et le faire respirer lentement et amplement. Si la crise persiste, **APPELER LE MÉDECIN**

MALAISE CARDIAQUE

Lors d'un malaise cardiaque, la victime se plaint d'une violente douleur dans la poitrine. Cette douleur la serre comme un étau. Elle est angoissée, elle peut avoir également mal dans un bras, dans la mâchoire, dans le dos, au ventre,...

Proposer à la victime de s'allonger ou la placer dans une position qui lui est confortable. L'interroger sur son état de santé et essayer de déterminer si ce type malaise s'est déjà produit. Si la victime possède le médicament qu'elle prend habituellement pour ce genre de douleurs, l'aider à prendre le(s) médicament(s) comme l'a prescrit le médecin traitant (même nombre, même type,...). **ALERTE LE SAMU** et suivre les indications communiquées par téléphone.

PERTE DE CONSCIENCE

Desserrer la ceinture et le col de la victime pour lui faciliter sa respiration. Basculer prudemment sa tête en arrière en tirant le menton vers le haut pour éviter que la langue ne tombe en arrière dans la gorge et ne gêne la respiration de la victime, regarder dans la bouche pour retirer d'éventuels corps étrangers visibles. S'assurer que la victime respire en vous penchant au-dessus de sa bouche. Placer la victime sur le côté et **ALERTE LES SECOURS**.



Pour placer une victime correctement sur le côté :

- écarter son bras du côté de retournement à angle droit de son corps et plier le coude, paume de la main tournée vers le haut,
- Placer le dos de la main du bras opposé contre l'oreille de la victime côté sauveteur.
- Tout en maintenant la main, saisir la jambe opposée au retournement derrière le genou, la replier pied au sol.
- faire rouler lentement le corps en tirant sur le genou vers soi et en maintenant la main de la victime contre son oreille.
- Lorsque le genou de la victime est au sol, retirer la main de sous la tête de la victime en maintenant son coude pour ne pas bouger la tête
- Ajuster la jambe pliée, de sorte que la cuisse soit à angle droit du corps. Ouvrir la bouche.

TRAUMATISMES DIVERS

Ne pas déplacer la victime sauf s'il y a risque d'autres accidents. Entorse, luxation, articulation déboîtée ou cassée : immobiliser le membre traumatisé.

Traumatisme crânien : parler à la victime et APPELER LE MÉDECIN



Advice	10
Road	10
Suffocation	11
Asphyxia	11
Burns.....	12
Electrocution	12
Poisoning	12
Snake bite	12
Insect bites / stings	13
Wounds	13
Nosebleed	13
Tétany	13
Heart attack	14
Loss of consciousness	14
Miscellaneous injuries	15



ADVICE

In case of emergency:

- Keep calm.
- Protect the victim and the place of the accident **DO NOT MOVE A VICTIM** unless there is a risk of a new accident
- Alert the emergency services Today there is a single emergency number in all European countries, 112. To give concise and effective information, give in the following order:
 - the number of the telephone you are calling from.
 - the precise location of the accident (town, street, number, near etc).
 - the nature of the accident and the continuing risks.
 - the number of people involved.
 - the apparent state of the victims.
 - what has been done for them.
- While waiting for the emergency services, reassure the victim.

ROAD ACCIDENTS

Park you car properly.

Switch on the hazard lights of the vehicle involved in the accident if possible. Place warning signs 150 metres in front of and behind the accident. Do not move the victims. In the case of motorcyclists, do not remove their helmet. **CALL THE EMERGENCY SERVICES**



SUFFOCATION

If a person is suffocating due to swallowing a foreign body or choking on food: slap the victim firmly 5 times on the back. If symptoms persist, stand behind the victim, place your arms under the victim's, place your fist in the hollow of their abdomen (put one fist above the tummy button, the other hand over your fist) and pull upwards and backwards towards yourself vigorously 5 times.

In a child of less than 1 year:

Hold the baby face down on your forearm, with its face sloping slightly towards the ground. Slap it 5 times between the shoulder blades with the flat of your open hand. Before turning the child over, remove the foreign body with your fingers, being careful not to push it down the child's throat. If this is not successful, turn the child onto its back, lie it head downwards on the forearm and thigh. Compress at the middle of the chest with two fingers on the lower part of the sternum, but without pressing on the lower extremity of the sternum.

ASPHYXIA

Tilt the victim's head backwards and keep it in this position. Try to revive the victim using mouth to mouth or mouth to nose resuscitation:

Take a deep breath. Blow continuously and firmly into the mouth or nose of the victim. Their chest rises. Remove your mouth and their chest deflates. Repeat inflation 12 to 15 times. **CALL THE EMERGENCY MEDICAL SERVICES.**

Comment: there is no risk of catching the HIV virus while practising mouth to mouth on a victim. their head horizontal and their feet slightly raised. Do not burst blisters. Do not give the victim anything to drink. Monitor their vital functions. **CALL THE FIRE BRIGADE.**



BURNS

Cool the area affected with copious amounts of fresh water for at least 5 minutes. The water should run over the injury and cover it completely without any pressure being applied.

Apply one or more sterile dressings to the burn.

If the victim's clothes are on fire, roll the person in a blanket. Lie the victim down on a clean sheet, with their head horizontal and their feet slightly raised. Do not burst blisters. Do not give the victim anything to drink. Monitor their vital functions. **CALL THE FIRE BRIGADE.**

ELECTROCUTION

Cut the electrical supply by unplugging the equipment. If necessary, switch off the current. Taking steps to properly insulate yourself first, release the victim and remove them from all contact with any conductor. **CALL the doctor, even in cases that do not appear to be serious.**

POISONING

Determine the cause of poisoning. While waiting for the doctor, lie the victim on their side. Don't give them anything to swallow and **TELEPHONE THE NEAREST POISON ADVICE CENTRE.** In case of convulsions, place a wrapped hard item in the victim's mouth to avoid suffocation.

SNAKE BITE

Calm and reassure the patient. Lie the victim on their back, their chin on their chest, and tell them not to move under any circumstances. Tie a band fairly tightly between the bite and the heart. Inject an anti-venom serum. **CALL THE DOCTOR.**



INSECT BITES/STINGS (bees, hornets, wasps etc)

Carefully remove the sting. Clean and disinfect the area of the sting as you would for a wound.

In case of allergic reaction, illness, significant local swelling or a sting in the mouth or throat, **CALL THE DOCTOR.**

WOUNDS

Rinse the wound with water, checking that no foreign bodies remain. Disinfect the wound with antiseptic and cover it with a bandage. In case of infection (reddening, pain, fever) **CALL THE DOCTOR.** If it is a deep wound, do not disinfect it and never attempt to remove the foreign body. Apply a sterile dressing, press and secure the bandage tightly with tape. **CALL THE DOCTOR.**

If there is significant bleeding from the wound, apply pressure immediately with the palm of the hand, protecting yourself by wearing a glove, using plastic film or a pad. Lie the victim down, **ALERT THE EMERGENCY SERVICES,** apply hand pressure until help arrives.

NOSEBLEED

Keep the patient's head upright and apply pressure to the upper part of the affected nostril. If bleeding persists, **CALL A DOCTOR.**

TETANY

An attack of tetany is a succession of spasmodic muscular contractions.

Remove other people. Reassure the victim and help them to breath slowly and deeply. If the attack persists, **CALL A DOCTOR.**



HEART ATTACK

During a heart attack, the victim complains of a violent pain in their chest. This pain grips them like a vice. They are distressed, and may also have pain in their arm, jaw, back and stomach etc. Get the victim to lie down or place them in a position in which they are comfortable. Ask them about their state of health and try to determine if they have had this type of illness before. If the victim has medicine they normally take for this type of pain, help them to take it as prescribed by their doctor (same number, same type, etc). **ALERT THE EMERGENCY MEDICAL SERVICES** and follow instructions given over the phone

LOSS OF CONSCIOUSNESS

Undo the victim's belt and collar to help them breathe. Carefully tilt their head back pulling their chin upwards to prevent their tongue slipping back down into their throat and blocking their breathing. Look in the victim's mouth to remove any visible foreign bodies. Ensure that the victim is breathing by leaning over their mouth. Place the victim on their side and **ALERT THE EMERGENCY SERVICES.**



To place a victim on their side correctly:

- move their arm on the side to be turned at right angles to their body and bend the elbow, with the palm of their hand uppermost.
 - place the back of the hand of the opposite arm against the ear of the victim on the first aider's side.
 - keeping the hand in position, grasp the leg opposite the side onto which they are to be turned behind the knee and bend it with the foot on the ground.
 - gently roll the body by pulling the knee towards you, keeping the victim's hand against their ear.
 - when the victim's knee is on the ground, withdraw the hand from under the victim's head supporting their back so as not to move their head.
 - adjust the position of the folded leg so that the thigh is at right angles to the body.
- Open the victim's mouth.**

MISCELLANEOUS INJURIES

Do not move a victim unless there is a risk of a new accident. Sprains, dislocation, dislocated or broken

joints: immobilize the affected part.

Head injuries: talk to the victim and CALL A DOCTOR.



Ratschläge	17
Verkehrsunfälle	17
Erstickungsanfälle.....	18
Atemstillstand	18
Verbrennungen.....	18
Stromschläge	19
Vergiftungen	19
Schlangenbisse	19
Insektenstiche	19
Wunden	20
Nasenbluten	20
Tetanie (Krampfanfall)	20
Herzbeschwerden	21
Bewusstlosigkeit	21
Diverse Verletzungen	22



RATSCHLÄGE

Im Notfall:

- Ruhe bewahren
- Unfallopfer und Unfallstelle sichern. **VERLETZTE NICHT VON DER STELLE BEWEGEN**, außer wenn die Gefahr eines weiteren Unfalls besteht.
- Rettungsdienst rufen. In allen europäischen Ländern ist inzwischen eine einheitliche Notrufnummer eingerichtet, die 112. Machen Sie Ihre Angaben kurz und bündig in folgender Reihenfolge:
 - die Telefonnummer, von der aus Sie anrufen
 - die genaue Unfallstelle (Ort, Straße, Hausnummer, in der Nähe von...)
 - Art des Unfalls und noch bestehende Gefahren
 - Zahl der Verletzten und Unfallbeteiligten
 - Zustand der Unfallopfer soweit erkennbar
 - Bereits ergriffene erste Maßnahmen
- Sprechen Sie bis zum Eintreffen der Rettungskräfte beruhigend zu dem Unfallopfer.

VERKEHRSUNFÄLLE

Stellen Sie Ihr Auto ordnungsgemäß ab.

Wenn möglich die Warnblinkanlage des Unfallwagens einschalten. Warnmarkierungen (Warndreieck) 150 Meter vor und nach der Unfallstelle aufstellen. Verletzte nicht bewegen. Verunglückten Motorradfahrern nicht den Helm abnehmen. DEN RETTUNGSDIENST RUFEN.



ERSTICKUNGSANFÄLLE

Wenn eine Person nach dem Verschlucken eines Fremdkörpers oder durch Speisen in der Luftröhre zu ersticken droht, klopfen Sie ihr 5-mal kräftig mit der flachen geöffneten Hand zwischen die Schulterblätter. Tritt dadurch keine Besserung ein, so stellen Sie sich hinter den Betroffenen, führen Ihre Arme unter den seinen durch, drücken mit der Faust auf seinen Unterleib (eine Faust oberhalb des Nabels anlegen, die andere Hand auf die Faust legen) und ziehen ihn kräftig an sich und nach oben. 5-mal wiederholen. (Vorsicht : diesen Griff nur im äußersten Notfall verwenden; es besteht die Gefahr innerer Verletzungen)

ATEMSTILLSTAND

Den Kopf des Betroffenen nach hinten überstrecken und in dieser Position festhalten. Mund-zu-Mund- oder Mund-zu-Nase-Beatmung:

Atmen Sie tief ein. Beim Ausatmen blasen Sie gleichmäßig und kräftig Ihre Atemluft in Mund oder Nase des Unfallopfers. Sein Brustkorb hebt sich. Entfernen Sie Ihren Mund und der Brustkorb senkt sich.

Wiederholen Sie die Beatmung 12 bis 15 Mal. **DEN NOTARZT RUFEN.**

Hinweis: Durch die Mund-zu-Mund- /Mund-zu-Nase-Beatmung gehen Sie nicht das Risiko einer HIV-Infektion ein.

VERBRENNUNGEN

Die betroffene Hautfläche mindestens 5 Minuten lang gründlich mit klarem Wasser kühlen. Das Wasser sollte ohne Druck fließen und auch den Bereich deutlich über den Rändern der verbrannten oder verbrühten Fläche hinaus kühlen.

Eine oder mehrere sterile Mullkompressen auf die Brandwunde legen.

Wenn die Kleider des Unfallopfers brennen, rollen Sie es in eine Decke ein. Strecken Sie es auf einem sauberen Tuch aus, den Kopf flach liegend und die Füße leicht höher gelegt. Nicht die Brandblasen aufstechen. Nichts zu trinken geben. Die Vitalfunktionen kontrollieren. **DIE RETTUNGSDIENSTE RUFEN.**



ELEKTROUNFÄLLE

Die Stromzufuhr durch Herausziehen des Gerätesteckers unterbrechen. Wenn nötig den Strom über den Hauptschalter oder den Sicherungskasten abstellen. Schützen Sie zunächst sich selbst sorgfältig vor Stromschlägen, und befreien Sie dann das Unfallopfer von jedem Kontakt mit leitendem Material. **DEN ARZT RUFEN**, selbst in harmlos scheinenden Fällen.

VERGIFTUNGEN

Die Ursache der Vergiftung feststellen. Bis zum Eintreffen des Arztes den Betroffenen in Seitenlage bringen. Keine Verabreichung von Getränken oder sonstigen Hausmitteln. Die nächstgelegene Giftzentrale anrufen. Falls Krämpfe auftreten, einen festen, mit Stoff umwickelten Gegenstand zwischen die Zähne schieben, damit der Betroffene nicht erstickt.

SCHLANGENBISSE

Den Patienten beruhigen. Strecken Sie ihn auf dem Rücken aus, das Kinn auf die Brust gelegt, und verbieten ihm jede Bewegung. Einen mäßig straffen Druckverband zwischen Herz und Bisswunde anlegen. Ein Gegengift spritzen. **DEN ARZT RUFEN**.

INSEKTENSTICHE (Biene, Hornisse, Wespe,...)

Vorsichtig den Stachel entfernen. Den Stich in der für Wunden beschriebenen Weise reinigen und desinfizieren.

Tritt eine Allergie, Unwohlsein oder eine starke örtliche Schwellung auf, sowie bei Stichen in Mund oder Hals **DEN ARZT RUFEN**.



WUNDEN

Die Wunde unter fließendem Wasser ausspülen und sicherstellen, dass sich keine Fremdkörper mehr darin befinden. Mit einem Antiseptikum desinfizieren und mit einem Verband abdecken. Bei einer Infektion der Wunde (Rötung, Schmerz, Fieber) **DEN ARZT VERSTÄNDIGEN**. Wenn die Wunde tief ist, nicht desinfizieren und keinesfalls versuchen, den Fremdkörper

Eine sterile Mullkomresse auflegen und (wenn kein Fremdkörper in der Wunde ist) mit einem straffen Druckverband befestigen. **DEN ARZT RUFEN**.

Blutet die Wunde stark, so versuchen Sie sie sofort mit der Handfläche, geschützt durch einen Hygienhandschuh, eine Plastikfolie oder dichte sterile Kompressen, die Blutung zu stillen. Das Unfallopfer auf den Rücken legen, **DEN RETTUNGSDIENST RUFEN** und bis zum Eintreffen der Rettungskräfte die manuelle Blutstillung aufrechterhalten.

NASENBLUTEN

Den Kopf des Patienten aufrecht halten und oberhalb des blutenden Nasenlochs leicht drücken. Wenn die Blutung länger andauert, **DEN ARZT RUFEN**.

TETANIE (Krampfanfall)

Ein Tetanie-Anfall äußert sich als Folge krampfartiger Muskel-Kontraktionen.

Die Umstehenden wegschicken. Dem Kranken beruhigend zusprechen und ihn auffordern langsam und tief zu atmen. Wenn der Anfall länger andauert, **DEN ARZT RUFEN**.



HERZBESCHWERDEN

Herzbeschwerden äußern sich durch heftigen Schmerz in der Brust. Der Betroffene fühlt sich wie in einen Schraubstock geklemmt, er ist beängstigt, und kann auch Schmerzen im Arm, im Kiefer, im Rücken, im Bauch etc. empfinden.

Fordern Sie den Kranken auf, sich auszustrecken oder eine andere ihm bequeme Haltung einzunehmen. Befragen Sie ihn über seinen allgemeinen Gesundheitszustand, und ob derartige Beschwerden schon einmal aufgetreten sind. Wenn der Kranke eine Arznei besitzt, die er üblicherweise gegen diese Art von Schmerzen nimmt, helfen Sie ihm das/die Medikament(e) in der vom behandelnden Arzt verschriebenen Weise einzunehmen (gleiche Menge, gleiche Sorte...). **DEN NOTARZT RUFEN** und die telefonischen Anweisungen befolgen.

BEWUSSTLOSIGKEIT

Gürtel und Kragen des Betroffenen lockern, um die Atmung zu erleichtern. Vorsichtig den Kopf in den Nacken legen, wobei das Kinn in die Höhe gezogen wird, damit die Zunge nicht in den Rachen rutscht und die Atmung behindert: Den Mundraum auf sichtbare, einfach zu entfernende Fremdkörper untersuchen. Überzeugen Sie sich, dass der Bewusstlose atmet (Halten Sie Ihre Wange über die Nase des Bewusstlosen: Hören von Atemgeräuschen, Fühlen des Atemzugs,



Atembewegungen des Brustkorbs). Bringen Sie ihn in die stabile Seitenlage und RUFEN SIE DEN RETTUNGSDIENST.

Um den Bewusstlosen in die stabile Seitenlage zu betten:

- Knien Sie sich seitlich neben den Bewusstlosen.
- Winkeln Sie sein Ihnen nahe liegendes Bein an
- Drücken Sie dieses Bein von sich weg – dadurch hebt sich sein Gesäß
- Schieben Sie seinen Ihnen nahe liegenden Arm unter sein Gesäß
- Fassen Sie ihn an der Ihnen abgewandten Hüfte und Schulter und ziehen ihn zu sich her: Das Umfallen auf den Bauch wird durch das angewinkelte untere Bein verhindert.
- Überstrecken Sie seinen Kopf Richtung Nacken und stützen Sie sein Kinn mit der Hand des oben liegenden Arms ab, so dass Erbrochenes gegebenenfalls nach außen abfließen und die Zunge nicht in den Rachen rutschen kann.

DIVERSE VERLETZUNGEN

Den Verletzten nicht bewegen, außer wenn weitere Unfallgefahr besteht. Verstauchungen, Verrenkungen,

ausgekugelte oder gebrochene Gelenke: Bewegungen des verletzten Körperteils verhindern.

Schädeltrauma: Mit dem Unfallopfer sprechen und DEN ARZT RUFEN





CONTENU:

Ciseaux
1 pince en plastique
2 gants en vinyle
1 sparadrap
4 compresses alcoolisées
17 pansements autocollants
1 bande flexible 6 cm
1 bandage triangulaire
4 compresses stériles 5 x 5 cm
1 couverture de survie 2 face
(une face argent / une face or)
1 marteau brise vitre coupe ceinture

CONTAIN:

Scissors
1 plastic nipper
2 vinyl gloves
1 adhesive plaster
4 alcohol pads
17 fabric bandage
One 6 cm flexible bandage
1 triangular bandage
Four 5 x 5 cm sterilized gauze pad
1 emergency blanket
(one side silver one side gold)
1 emergency hammer

INHALT:

Schere
1 Plastikpinzette
1 Paar Handschue aus vinyl
1 Heftpflaster
4 Alkoholtücher
17 Stoffbinden
1 dehnbare Binde 6 cm
1 Dreiecksverband
4 sterile Kompressen 5 x 5 cm
1 Rettungsdecke zweiseitig
(silberne und goldene Seite)
Notfallhammer mit Gurtschneider