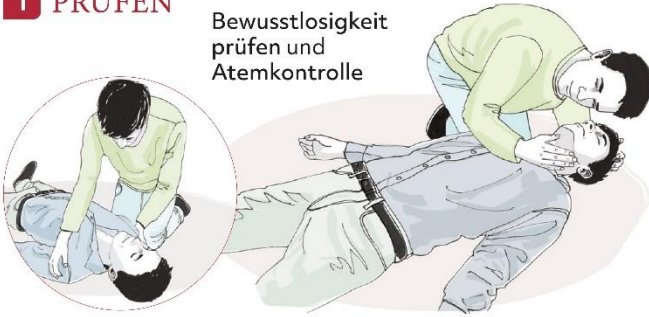


Wiederbelebung – ganz einfach erklärt.

1 PRÜFEN

Bewusstlosigkeit prüfen und Atemkontrolle



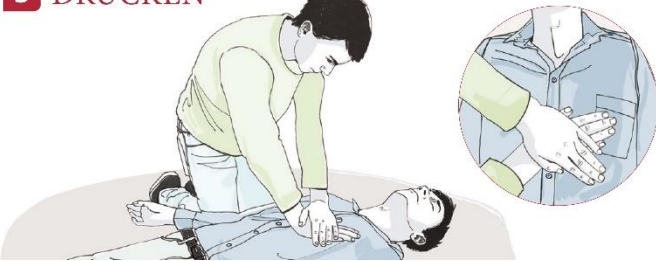
Gibt es eine Reaktion auf lautes Rufen und Schütteln?
Fehlende/abnormale Atmung (keine Brustkorbbeugung)

2 RUFEN (TEL. 112)

Wer ruft an?
Was ist passiert?
Wo (bin ich)?



3 DRÜCKEN



Kontinuierliche Herzdruckmassage: 100- bis 120-mal pro Minute, etwa 5–6 cm tief in Richtung Wirbelsäule drücken.

4 SCHOCKEN

Mindestens 2 Helfer erforderlich!



Bildnachweis: Illustrationen Nina Schneider

Das Reiseset!

Ein Service der Deutschen Herzstiftung

Rund sechs Millionen Menschen in Deutschland leiden an koronarer Herzkrankheit (KHK), die dem Herzinfarkt vorausgeht und die häufigste Ursache der Herzschwäche (Herzinsuffizienz) ist. Trotz ihres geschwächten Herzens sollen Betroffene bekanntlich mobil bleiben und so ihren Herzmuskel fit halten. Und nicht nur im Urlaub sind Patienten mit Herzschwäche unterwegs – auch beruflich ist mitunter Reisetätigkeit erforderlich. Doch Hitze, Höhe und Hektik können dem Herzen dabei stark zusetzen.

Das Reiseset enthält wertvolle Tipps, Notfallausweis, Checkliste und zwei Sprachführer in einem praktischen Dokumentenmäppchen.



Bestellen Sie jetzt einfach telefonisch und **kostenlos** das Reiseset der Deutschen Herzstiftung: **069 955128-400**



Deutsche Herzstiftung e. V.
Bockenheimer Landstr. 94 – 96
60323 Frankfurt am Main

Tel.: 069 955128-0
Fax: 069 955128-313



info@herzstiftung.de
www.herzstiftung.de

Grut fürs Herz.
Deutsche Herzstiftung



Stärke Dein Herz!
Herzschwäche erkennen und behandeln

Oft müde? Leistungsabfall? Schnell außer Atem? Geschwollene Beine?
Herzschwäche?

HERZTAG BAD STEBEN 2024
für Patienten, Angehörige und Interessierte
anlässlich der Herzwochen der Dt. Herzstiftung

Samstag, 16. November 2024
09:00 bis 13:00 Uhr

Veranstaltungsort:
Staatliches Kurhaus
Großer Kurhaussaal
Badstr. 30, 95138 Bad Steben

Schirmherr:
Landrat Dr. Oliver Bär

Moderation:
Dr. med. Gerhart Klein

Eintritt frei!



REHA-Sportverein
Bad Steben e.V.

AOK
AOK Bayern
Die Gesundheitskasse.

Grut fürs Herz.
Deutsche Herzstiftung

