

Und so geht's:



Notruf **144**  
alarmieren



Defibrillator  
holen lassen



Herzdruckmassage  
beginnen



Defibrillator  
einsetzen



Kanton Basel-Stadt

Gesundheitsdepartement | **Medizinische Dienste**

Justiz- und Sicherheitsdepartement | **Rettung**



[www.gesundheit.bs.ch/leben-retten](http://www.gesundheit.bs.ch/leben-retten)

Weitere Informationen:

Gesundheitsdepartement des  
Kantons Basel-Stadt  
Medizinische Dienste  
Malzgasse 30  
4001 Basel  
md@bs.ch

**144**  
für alle  
medizinischen Notfälle



Schweizerische  
Herzstiftung



SO GEHT  
**ERSTE  
HILFE**

## Richtiges Verhalten bei Herzstillstand-Notfällen

Treffen Sie eine nicht ansprechbare Person ohne Atmung an, dann leiten Sie Erste-Hilfe-Massnahmen ein:

- Alarmieren Sie den Notruf 144 und lassen Sie einen Defibrillator holen.
- Legen Sie die Person auf eine harte Unterlage oder auf den Boden.
- Öffnen Sie enge Kleider, Krawatte oder Büstenhalter und beginnen Sie mit der Herzdruckmassage.
- Der richtige Druckpunkt liegt in der Brustkorbmittle (untere Brustbeinhälfte). Drücken Sie **5–6 cm tief** mit einem Rhythmus von **100 Ausführungen pro Minute**. Geübte Personen können Herzdruckmassage und Beatmung durchführen (Verhältnis 30:2). Sie können sich auch nur auf die Herzdruckmassage konzentrieren.
- Setzen Sie den Defibrillator ein. Die automatischen Defibrillatoren geben klare Anweisungen, wie Sie vorgehen müssen.



# SO SEHEN LEBENS- RETTENDERIN AUS!

« Als ein Mann vor mir zu Boden ging und weder ansprechbar war, noch einen Puls hatte, habe ich mit der Herzdruckmassage begonnen. Zum Glück kam der Mann wieder zu sich. Ich habe nicht überlegt, sondern einfach gehandelt. »

Martina Fricker,  
Juristin