



Erste Hilfe rettet Leben. Ein Erste-Hilfe-Kurs kann Unsicherheiten und Ängste vor der Wiederbelebung nehmen. In Warendorf bieten zum Beispiel das DRK oder die Malteser regelmäßig Kurse und Trainings zu diesem lebenswichtigen Thema an.



## Erste Hilfe **BEI SCHLAG- ANFALL**

Dank dieser Schritt-für-Schritt-Anleitung wissen Sie auch als Laie, woran Sie einen Schlaganfall erkennen und was im Notfall zu tun ist.



**Kontakt:** Josephs-Hospital Warendorf  
Am Krankenhaus 2 · 48231 Warendorf · Tel.: 02581 20-0 · Fax: 02581 20-1003  
E-Mail: [info@jhwaf.de](mailto:info@jhwaf.de) · [www.jhwaf.de](http://www.jhwaf.de) · [www.mehrwerden.net](http://www.mehrwerden.net)  
[facebook.com/jhwarendorf](https://facebook.com/jhwarendorf) · [instagram.com/josephs\\_hospital\\_warendorf](https://instagram.com/josephs_hospital_warendorf)

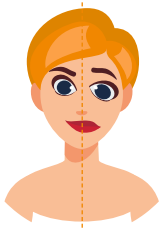


**mensch**  
**joseph!**



## EINEN SCHLAGANFALL ERKENNEN

Sehstörungen, Sprach- und Verständnisstörungen, Taubheitsgefühle: Mit dem sogenannten FAST-Test können Sie die Symptome genau erkennen und wissen in kurzer Zeit, ob ein Schlaganfall vorliegt.



- › **F**ace: Bitten Sie die Person zu lächeln. Hängt ein Mundwinkel oder ein Augenlid herab, deutet das auf eine typische Halbseitenlähmung hin.



- › **A**rms: Bitten Sie die Person, die Arme nach vorne zu strecken und dabei die Handflächen nach oben zu drehen. Bei einer Lähmung können nicht beide Arme gehoben werden, ein Arm sinkt oder dreht sich.



- › **S**peech: Lassen Sie die Person einen einfachen Satz wie „Heute ist Mittwoch“ nachsprechen. Ist sie dazu nicht in der Lage, lallt sie, redet sie abgehackt oder klingt die Stimme verwaschen, liegt vermutlich eine Sprachstörung vor.



- › **T**ime: Zögern Sie nicht, wählen Sie unverzüglich die 112, schildern Sie die Symptome und wann sie aufgetreten sind.

## SO LEISTEN SIE ERSTE HILFE

Bei einem Schlaganfall muss die Erste Hilfe so schnell wie möglich erfolgen, weil die ersten Minuten über das Ausmaß der Zellschäden im Gehirn entscheiden.

- › Bleiben Sie bis zum Eintreffen der Rettungskräfte bei der betroffenen Person.
- › Beruhigen Sie die Person und lockern Sie gegebenenfalls beengende Kleidung. Falls möglich, öffnen Sie die Fenster im Raum.
- › Ist die Person bei Bewusstsein, lagern Sie den Oberkörper etwas hoch.
- › Ist der Betroffene bewusstlos, hält die stabile Seitenlage die Atemwege frei.
- › Auf keinen Fall etwas zu trinken, essen oder Medikamente geben, weil durch Schluckstörungen Fremdkörper in die Lunge geraten können.
- › Kontrollieren Sie regelmäßig Atmung und Puls und beginnen Sie bei fehlender Atmung und fehlendem Puls mit der Herzdruckmassage.



## WIE FUNKTIONIERT EINE HERZDRUCKMASSAGE?

- › Knien Sie neben den Patienten und legen Sie den Ballen einer Hand auf die Mitte der Brust.
- › Legen Sie den Ballen der anderen Hand auf die erste Hand, verschränken Sie die Finger und halten Sie die Arme gerade.
- › Bringen Sie Ihre Schultern senkrecht über den Brustkorb und drücken Sie das Brustbein etwa 5 cm nach unten.
- › Entlasten Sie nach jeder Kompression den Brustkorb, ohne den Kontakt zwischen den Händen und dem Brustkorb zu verlieren.
- › Wiederholen Sie dies mit einer Frequenz von 100 bis 120 Kompressionen pro Minute.

### Sie wollen mehr erfahren?

Wie eine Herzdruckmassage funktioniert, erfahren Sie auch in unserem ersten Einleger „Erste Hilfe rettet Leben“. Falls Sie den Einleger haben möchten, schreiben Sie einfach eine Mail an [menschjoseph@jhwaf.de](mailto:menschjoseph@jhwaf.de)

