



# Du kannst Leben retten!

PRÜFEN | RUFEN | DRÜCKEN

---

Nationales Aktionsbündnis Wiederbelebung

[www.wiederbelebung.de](http://www.wiederbelebung.de)

Über 50.000 Menschen erleiden pro Jahr in Deutschland einen Herz-Kreislauf-Stillstand außerhalb eines Krankenhauses. Bisher überleben nur 10 Prozent der Betroffenen. Wenn Sie sofort mit einer Herzdruckmassage beginnen, können Sie die Überlebenschancen verdoppeln oder sogar verdreifachen! Leider trauen sich noch immer zu wenige Beobachter helfend einzugreifen, dabei kann man gar nichts falsch machen. Im Ernstfall genügen wenige Schritte um ein Leben zu retten. Das kann jeder!

Überzeugen Sie sich selbst davon, wie einfach Wiederbelebung ist!

Auf [www.wiederbelebung.de](http://www.wiederbelebung.de) stehen Videos, FAQ's und viele weitere Informationen bereit!



Bundesministerium  
für Gesundheit

**BZgA**

Bundeszentrale  
für  
gesundheitliche  
Aufklärung



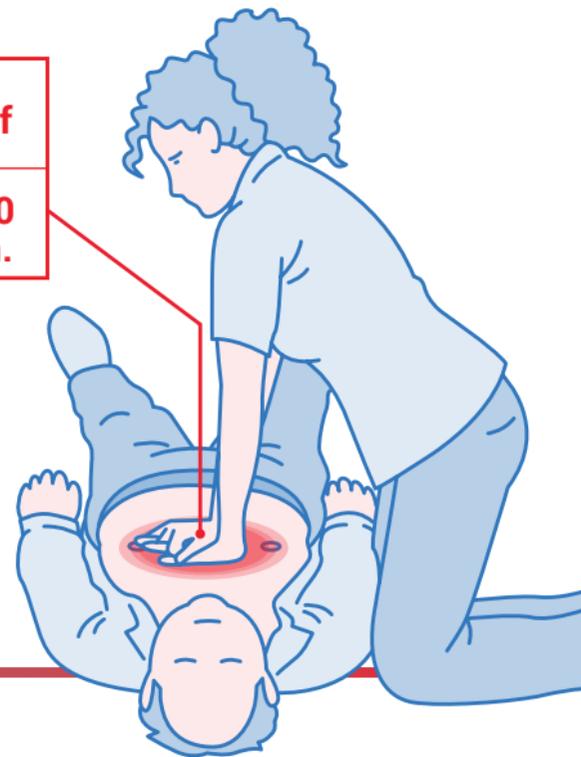
### 1. PRÜFEN

Ist die Person bewusstlos  
und atmet nicht?



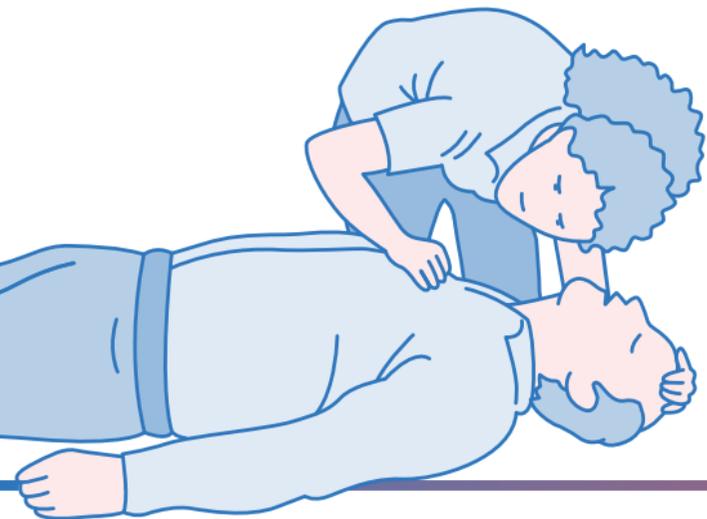
### 2. RUFEN

Notruf 112 rufen! Dann sofort bis der  
Rettungsdienst kommt, ...



### 3. DRÜCKEN

... schnelle und feste Herzdruck-  
massage mittig auf dem Brustkorb.



### 1. PRÜFEN

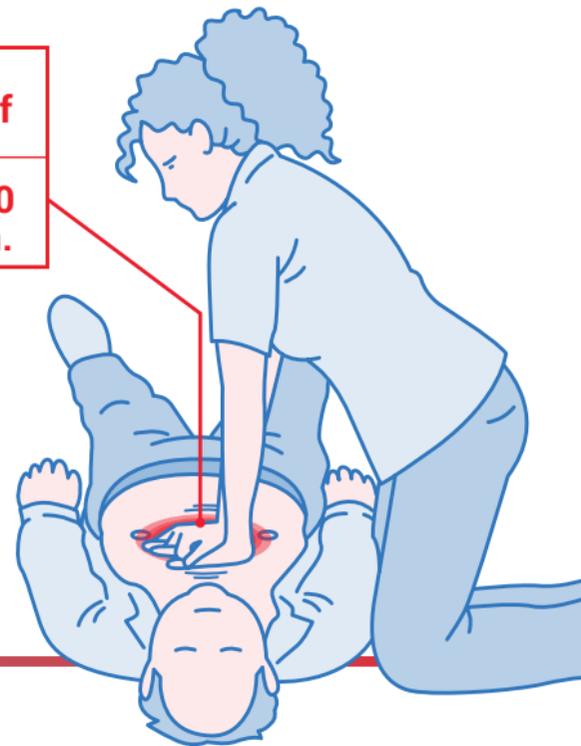
Ist die Person bewusstlos  
und atmet nicht?



### 2. RUFEN

Notruf 112 rufen! Dann sofort bis der  
Rettungsdienst kommt, ...

5cm tief  
100-120  
pro Min.



### 3. DRÜCKEN

... schnelle und feste Herzdruck-  
massage mittig auf dem Brustkorb.