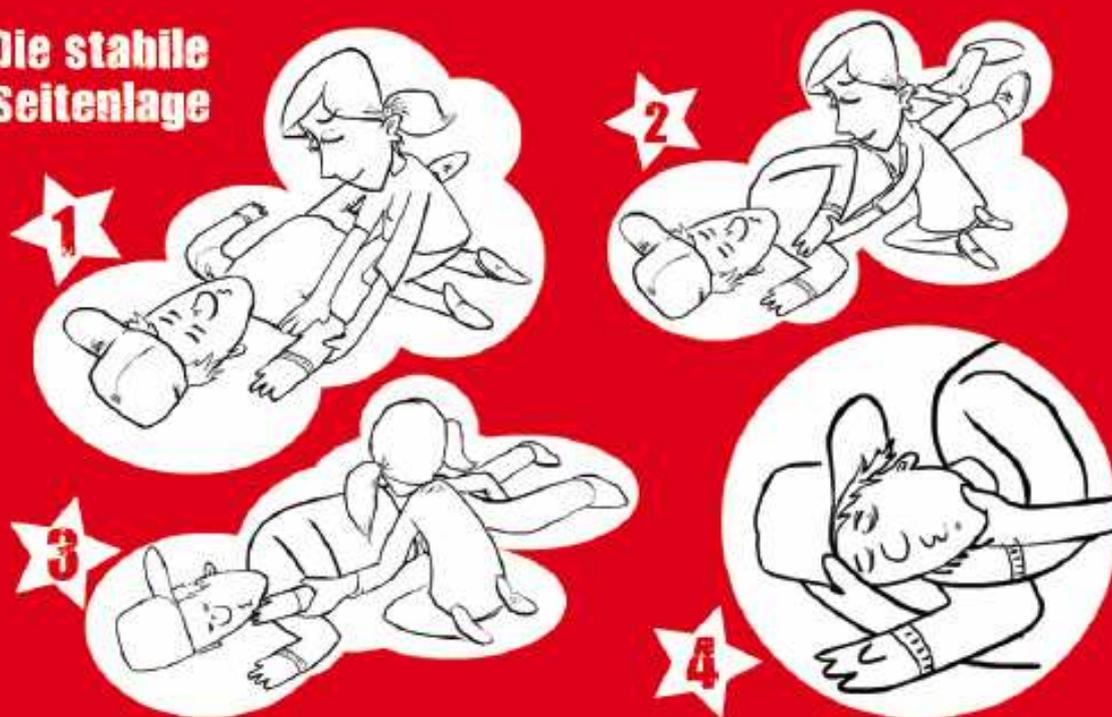


Die stabile Seitenlage



Tu was! Hilfe im Rausch!

Was kann ich tun?

- + Betrunkene nicht allein lassen!!! Sie nach Hause bringen und beruhigen.
- + Bei Bewusstlosigkeit sofort einen Rettungswagen unter 112 anrufen.
- + Bei fehlender Atmung wiederbeleben!
- + Bewusstlose mit normaler Atmung und Schlafende in die stabile Seitenlage bringen.
- + Mundhöhle von Erbrochenem befreien - Erstickungsgefahr!

Die stabile Seitenlage

Atmung kontrollieren! Nur Personen mit normaler Atmung in die stabile Seitenlage bringen!

1. Seitlich neben der Person knien. Beine der Person strecken. Den nahen Arm des Bewusstlosen angewinkelt nach oben legen.
2. Fernen Arm am Handgelenk greifen und vor der Brust kreuzen, die Handoberfläche an die Wange legen. Hand nicht loslassen. An den fernen Oberschenkel greifen und Bein des Betroffenen beugen.
3. Die Person zu sich herüber ziehen. Das oben liegende Bein so ausrichten, dass der Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte liegt.
4. Den Kopf in Nacken beugen und so drehen, dass der geöffnete Mund möglichst tief zum Boden reicht. Atmung kontrollieren!