

## Verhalten im Notfall

1. 112 wählen
2. Mit Wiederbelebensmaßnahmen beginnen, bis Hilfe eintrifft – die Mitarbeitenden der Leitstelle unterstützen dabei am Telefon. Deshalb nicht auflegen und Telefon laut stellen.
3. Gegebenenfalls eine weitere Person schicken, um die Ersthelfer\*innen und den Rettungsdienst zur betroffenen Person zu geleiten! Den Weg frei geben.

### Weitere Informationen

[muenchen.de/muenchen-rettet-leben](https://muenchen.de/muenchen-rettet-leben)  
[muenchen-rettet-leben.de](https://muenchen-rettet-leben.de)

Ein Kooperationsprojekt

- Gesundheitsreferat
- Landkreis München
- Arbeitskreis Notfallmedizin und Rettungswesen e.V. (ANR)
- Integrierte Leitstelle
- Rettungszweckverband München

Als App wird das Mobile-Retter-System verwendet.

Herausgeberin:  
Landeshauptstadt München  
Gesundheitsreferat  
Bayerstraße 28a  
80335 München  
[muenchen.de/gsr](https://muenchen.de/gsr)

Gedruckt auf 100% Recyclingpapier, das mit dem Blauen Engel ausgezeichnet ist.  
Stand: August 2021



Landeshauptstadt  
München  
**Gesundheitsreferat**

# Jede Sekunde zählt

## Laienreanimation unterstützt Überleben



 **München  
Rettet Leben**

## Wer sind Ersthelfer\*innen?

Münchner\*innen, die speziell in Wiederbelebungsmaßnahmen geschult sind, werden Ersthelfer\*innen genannt. Sie befinden sich zufällig in der Nähe zum Einsatzort und gehen ihren normalen, alltäglichen Betätigungen nach.

Geht bei der integrierten Leitstelle (Tel: 112) ein Notruf ein, bei dem

- **eine bewusstlose Person**
- **eine Person mit Herzstillstand**

gemeldet wird, dann werden gleichzeitig zum Rettungsdienst auch Ersthelfer\*innen in der Nähe alarmiert.

## Warum braucht München Ersthelfer\*innen?

Setzt bei einer Person der Herzschlag aus, zählt jede Sekunde. Die Organe und das Herz werden nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Bereits drei bis fünf Minuten nach einem Herzstillstand drohen Hirnschäden. Je mehr Zeit bis zur Wiederbelebung vergeht, desto niedriger ist die Wahrscheinlichkeit, (ohne bleibende Schäden) zu überleben.

Daher muss bei einem Herzstillstand so schnell wie möglich mit Wiederbelebungsmaßnahmen begonnen werden.

## Wie lange braucht der Rettungsdienst?

Die Münchner Rettungsdienste sind schnell, im Durchschnitt benötigen sie zwischen fünf und acht Minuten, bis sie bei der betroffenen Person eintreffen. Aber bei einem Herzstillstand ist selbst dies noch zu lang. Ersthelfer\*innen können meist schneller an Ort und Stelle sein als der Rettungsdienst. So kann bereits in den ersten wichtigen Minuten mit der geschulten Wiederbelebung begonnen werden. Sobald der Rettungsdienst eintrifft, übernimmt dieser die Versorgung.

## Wie finden Ersthelfer\*innen die betroffene Person?

Ersthelfer\*innen sind speziell ausgebildet, über die Mobile-Retter-App registriert und können im Falle eines Notrufs per GPS geortet werden. Befinden sich Ersthelfer\*innen in der Nähe, werden diese gebeten, die betroffene Person aufzusuchen. Dazu erhalten sie von der Mobile-Retter-App den Einsatzort und werden von dieser dort hin geführt.

## Wie sind Ersthelfer\*innen zu erkennen?

Ersthelfer\*innen sind ganz normale Bürger\*innen, sie tragen keine besondere Kleidung, aber sie können sich mit einem **elektronischen Ausweis der Mobile-Retter-App** auf dem Handy ausweisen.