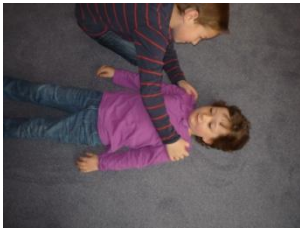


Stabile Seitenlage

Die stabile Seitenlage ist eine lebensrettende Maßnahme, die Du selbständig durchführen kannst. Durch die stabile Seitenlage wird sichergestellt, dass die Atemwege freigehalten werden und Erbrochenes oder Speichel ablaufen können. Der Verletzte wird so vor dem Ersticken bewahrt.

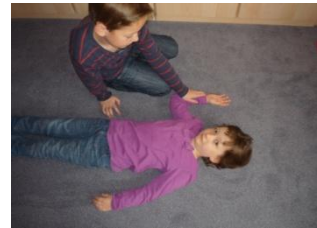
1. Überprüfe zuerst die Atmung.
Knie Dich seitlich neben den Verletzten.
2. Den Dir nahen Arm des Betroffenen legst Du angewinkelt nach oben, dabei zeigt die Handinnenfläche nach oben.
3. Greife den fernen Arm des Verletzten am Handgelenk und kreuze diesen Arm vor der Brust. Lege die Handoberfläche der verletzten Person an dessen Wange. Lasse seine Hand nicht los.
4. Greife an den fernen Oberschenkel des Betroffenen und stelle sein Bein auf.
5. Ziehe den verletzten zu Dir herüber.
Richte dabei das oben liegende Bein so aus, dass der Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte liegt.
6. Überstrecke den Hals der Person, damit die Atemwege frei werden. Öffne den Mund des Verletzten leicht.
Die Hand, die an der Wange liegt, sollte so ausgerichtet werden, dass der Hals überstreckt bleibt.



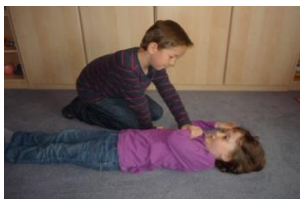
1.



2.



3.



4.



5.



6.

