**Erste Hilfe**

**Deutschland hat ein perfekt ausgebautes Rettungssystem, der Notarztwagen ist meist in weniger als 15 Minuten zur Stelle. Trotzdem: Im Notfall kann die Mithilfe von Ersthelfern über Leben und Tod entscheiden. Allerdings haben nur rund 20 Prozent der Bevölkerung einen Erste-Hilfe-Kurs absolviert und noch weniger - etwa zehn Prozent - trauen sich im Notfall auch wirklich einzugreifen. Dabei ist Erste Hilfe nicht schwer. Jeder kann und muss helfen, denn dazu ist man per Gesetz verpflichtet.**

* [Was ist Erste Hilfe?](https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/medizin/erste_hilfe/index.html#Was)
* [Die Angst zu helfen](https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/medizin/erste_hilfe/index.html#Die)
* [Pflicht zur Ersten Hilfe](https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/medizin/erste_hilfe/index.html#Pflicht)
* [Jede Minute zählt](https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/medizin/erste_hilfe/index.html#Jede)
* [Nur wer übt, kann helfen](https://www.planet-wissen.de/gesellschaft/medizin/erste_hilfe/index.html#Nur)

**Was ist Erste Hilfe?**

Egal ob bei einem Unfall, einer plötzlich auftretenden Erkrankung oder einer Vergiftung: Erste Hilfe ist die sofortige, vorläufige Hilfeleistung und zwar so lange, bis ein Arzt kommt, um die medizinische Versorgung zu übernehmen.

Deshalb sind es meist nicht Rettungssanitäter, die Erste Hilfe leisten, sondern Menschen, die im Notfall anwesend sind oder als Erste dazustoßen. Zur Ersten Hilfe gehört neben der Betreuung des Verletzten auch der Notruf und – wenn nötig – das Absichern der Unfallstelle.

Die meisten Unfälle ereignen sich übrigens nicht im Straßenverkehr. Wesentlich mehr Unglücke geschehen im Haushalt, am Arbeitsplatz oder in der Freizeit. Zudem benötigen auch viele Opfer plötzlicher Erkrankungen Erste Hilfe. Zum Beispiel erleiden allein 100.000 Menschen jährlich in Deutschland den plötzlichen Herztod.

**Die Angst zu helfen**

Von sich aus haben die wenigsten Menschen Interesse daran, sich in Erster Hilfe zu bilden. In Deutschland ist eine Erste-Hilfe-Ausbildung nur für den Erwerb eines Führerscheins Pflicht. Doch oft scheuen sich selbst Menschen mit Erste-Hilfe-Wissen, im Notfall aktiv einzugreifen. Notfälle stehen eben nur für Rettungssanitäter und Mediziner auf der Tagesordnung, nicht für den normalen Bürger.

**Wortschatz**

Erste Hilfe

Rettungssanitäter, der

über Leben und Tod entscheiden.

einen Erste-Hilfe-Kurs absolvieren

 sich trauen im Notfall auch wirklich einzugreifen

die Erste Hilfe leisten

Erste Hilfe benötigen

Opfer plötzlicher Erkrankungen

den plötzlichen Herztod erleiden

im Notfall aktiv eingreifen

Deutschland hat ein perfekt ausgebautes Rettungssystem, der Notarztwagen ist meist in weniger als 15 Minuten zur Stelle.

Jeder kann und muss helfen, denn dazu ist man per Gesetz verpflichtet.

Egal ob bei einem Unfall, einer plötzlich auftretenden Erkrankung oder einer Vergiftung: Erste Hilfe ist die sofortige, vorläufige Hilfeleistung und zwar so lange, bis ein Arzt kommt, um die medizinische Versorgung zu übernehmen.

Zur Ersten Hilfe gehört neben der Betreuung des Verletzten auch der Notruf und – wenn nötig – das Absichern der Unfallstelle.

Die meisten Unfälle ereignen sich übrigens nicht im Straßenverkehr.

Von sich aus haben die wenigsten Menschen Interesse daran, sich in Erster Hilfe zu bilden. In Deutschland ist eine Erste-Hilfe-Ausbildung nur für den Erwerb eines Führerscheins Pflicht.

Notfälle stehen eben nur für Rettungssanitäter und Mediziner auf der Tagesordnung, nicht für den normalen Bürger.