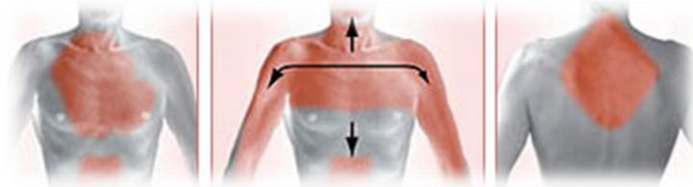


Wie erkenne ich den Herzinfarkt?



PHYSIOmedfit

Andreas Boscu

Im Hart 8

89558 Böhmenkirch

Tel.: 07332 92434-0

Fax: 07332 92434-29

info@physiomedfit.com

Bei Verdacht auf Herzinfarkt: **sofort den**

**Rettungswagen mit Notarzt rufen!**

**112**

Der Herzinfarkt lässt sich in den meisten Fällen durch folgende Alarmzeichen erkennen:

- Schwere, längere als 5 Minuten anhaltende Schmerzen im Brustkorb, die in Arme, Schulterblätter, Hals, Kiefer ausstrahlen können oder im Oberbauch lokalisiert sind.
- Starkes Engegefühl, häufiger Druck, Brennen im Brustkorb, Atemnot
- Zusätzlich: Übelkeit, Brechreiz, Angst
- Schwächegefühl (*auch ohne Schmerz*), evtl. Bewusstlosigkeit
- Blasse, fahle Gesichtsfarbe, kalter Schweiß
- Nächtliches Erwachen mit Schmerzen im Brustkorb ist ein besonderes Alarmzeichen

**Achtung:**

- Bei Frauen sind Atemnot, Übelkeit, Brechreiz und Erbrechen häufiger als bei Männern alleinige Alarmzeichen.
- Wenn Brustschmerzen bei **minimaler Belastung** oder **in Ruhe** auftreten, muss genauso schnell wie beim Herzinfarkt gehandelt werden.

Leben retten:

# WIEDERBELEBUNG

- für Laien-  
ganz einfach!

PHYSIOmedfit

Andreas Boscu

Im Hart 8

89558 Böhmenkirch

Tel.: 07332 92434-0

Fax: 07332 92434-29

info@physiomedfit.com

## 1. 112 alarmieren

Haben Sie keine Angst, etwas falsch zu machen, denn:  
Jede Hilfe, die Sie leisten, ist besser als keine Hilfe!

2.



3.



### Sofort Herzdruckmassage:

Unteres Brustbein mindestens 100-mal pro Minute  
mindestens 5 cm tief eindrücken und loslassen.

*(Beim Takt orientieren Sie sich an dem Song „Stayin' alive“ der Bee Gees)*