

Wiederbelebung

التنفس الصناعي (الإنعاش القلبي الرئوي)

Wenn keine normale Atmung feststellbar ist:

- Notruf 112 absetzen
- Oberkörper des Betroffenen frei machen
- Im ständigen Wechsel (Grafik):
 - Handballen in der Mitte des Brustkorbes aufsetzen
 - 30x Druckmassage (Frequenz 100-120/min)
 - Bei Erwachsenen etwa 5-6 cm tief drücken
- 2 x beatmen

في حال عدم تنفس الشخص المصاب بشكل طبيعي، عليك

- الاتصال برقم الطوارئ 112
- إزاحة ملابس الجزء العلوي من جسم الشخص المصاب
- في تناوب وبشكل مستمر (انظر الرسم البياني)
- يوضع كف اليد منتصف الصدر
- يضغط باليد عدد 30 مرة بمعدل 100-120 في الدقيقة
- للبالغين يضغط لعمق حوالي 5 إلى 6 سم
- ينفخ في الفم مرتين



Lebensbedrohliche Blutungen

حالات النزيف المهددة للحياة

Verletzten Arm hochhalten und abdrücken

Alle starken Blutungen mit einem Druckverband verbinden

Bei starken Blutungen den Betroffenen in die Schocklage legen

Decke unterlegen/zudecken

يرفع الذراع المصاب ويضغط على الجرح
توضع ضمادة للضغط على كافة أماكن النزيف الشديد
في حال النزيف الحاد، تستخدم وضعية الإفاقة من الصدمات
يوضع غطاء على المصاب أو يغطى جسد المصاب



Kleiderbrände löschen

لإطفاء الملابس المحترقة، عليك

Brennende Person aufhalten

Woldecke zum Löschen so halten, dass der Ersthelfer sich nicht selbst verbrennt

Decke um den Hals des Betroffenen ganz abschließen

Betroffenen auf den Boden legen und die Decke vom Hals in Richtung der Füße abstreifen/glattstreichen

منع الشخص المحترق من الحركة
الإمساك ببطانية من الصوف حتى لا تتعرض للإحترق
لف أعلى البطانية حول رقبة الشخص بالكامل
وضع الشخص على الأرض وإنزال البطانية برفق من على الرقبة
إلى القدم



Helfen ist Pflicht! Sei ein HELD!

مساعدة الغير واجب ! كن البطل وأد ما عليك!

Hilfe rufen/Notruf 112

Ermutigen und trösten

Lebenswichtige Funktionen kontrollieren

Decke unterlegen/zudecken

اتصل برقم الطوارئ 112 للحصول على المساعدة

اعمل على تشجيعه ومواساته

راقب الوظائف الحيوية

ضع غطاء حول المصاب

9

Weitere Informationen zur Ersten Hilfe unter www.drk.de

يمكنك التعرف على مزيد من المعلومات حول الإسعافات الأولية من خلال موقع www.drk.de

Mit freundlicher Unterstützung von:

أنتج مع وافر الشكر بعون من

DRK-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.



Arabisch
العربية

Deutsches
Rotes
Kreuz

Der kleine Rotkreuzhelfer

دليل الصليب الأحمر الصغير



Notruf 112



رقم الطوارئ 112

Notruf 112 (Feuerwehr und Rettungsdienst)

Legen Sie nicht einfach auf – warten Sie auf Rückfragen.

Im Notfall erhalten Sie hier Anleitung zur Ersten Hilfe.

رقم الطوارئ 112 (المطافئ والإسعاف)

لا تضع السماعة بعد الاتصال – انتظر لسماع مزيد من الأسئلة.
في حالة الطوارئ، ستتلقى هنا تعليمات الإسعافات الأولية.



2

Verhalten an der Unfallstelle

التصرف في موقع الحادث

Eigenschutz beachten und sich nicht unnötig in Gefahr bringen

Unfallstelle:

- Warnblinker einschalten
- Gut erkennbar am Straßenrand anhalten
- Sicherheitsweste anziehen
- Warndreieck aufstellen

Überblick verschaffen

Erste Hilfe leisten

- عليك بحماية نفسك وعدم تعريض ذاتك لأي خطر دون داعٍ في موقع الحادث، عليك
- تشغيل المصابيح التحذيرية
- التوقف على جانب الطريق بمكان ظاهر للعيان
- إرتداء سترة السلامة العاكسة
- وضع مثلث التحذير العاكس بالطريق
- قم بتفقد موقع الحادث
- قم بتقديم الإسعافات الأولية



3

Retten aus Gefahr

لإنقاذ الغير من الخطر، عليك

Betroffenen aus dem Gefahrenbereich retten

- Unter seinen Armen hindurchgreifen und einen Unterarm fassen
- Betroffenen mit dem Oberschenkel abstützen und ihn aus dem Gefahrenbereich retten

Sich von anderen helfen lassen, wenn der Betroffene zu schwer ist

إبعاد الشخص المصاب عن منطقة الخطر

- مرر يديك تحت إبطي المصاب وأمسك أسفل الذراعين
 - دعم الشخص مستخدماً فخذك وأبعده عن منطقة الخطر
- تقبل العون من الآخرين، إن كان الشخص المصاب ثقيلًا جدًا



4

Kontrolle der Lebensfunktionen

لتفقد الوظائف الحيوية، عليك

Bewusstseinskontrolle durch lautes Ansprechen und Anfassen

Wenn keine Reaktion: Atmung prüfen

Wenn keine normale Atmung feststellbar: mit Wiederbelebung beginnen

التحقق من عدم فقدان الشخص المصاب للوعي من خلال النداء عليه ولمسه

في حال عدم تجاوبه، التحقق من تنفسه

في حال عدم تنفس الشخص المصاب بشكل طبيعي، البدء بإجراءات الإنعاش له



5

Stabile Seitenlage

وضعية التثبيت الجانبية

Wenn der Betroffene normal atmet, aber bewusstlos ist:

- Beachten: Kopf des Betroffenen in den Nacken legen, um seine Atemwege frei zu halten
- Zudecken, beobachten, betreuen

Der geöffnete Mund ist der tiefste Punkt, so kann Erbrochenes abfließen.

Die stabile Seitenlage sichert die überlebenswichtige Atmung.

في حال فقدان الشخص المصاب لوعيه مع استمرار تنفسه بشكل طبيعي، يتعين عليك:

- تثبيت: إمالة رأس المصاب إلى الخلف لضمان فتح مجرى التنفس
- تغطيته وملاحظته ورعايته

مع الإبقاء على فمه مفتوحاً إلى الجانب للسماح بخروج أي قيء إن وجد.

تضمن وضعية التثبيت الجانبية الحفاظ على إمكانية التنفس وبالتالي البقاء على قيد الحياة.

