

Dari
فارسی دری



Der kleine Rotkreuzhelfer

رهنمای کوچک صلیب سرخ



Notruf 112



تيلفون عاجل 112

Notruf 112 (Feuerwehr und Rettungsdienst)

Legen Sie nicht einfach auf – warten Sie auf Rückfragen.

Im Notfall erhalten Sie hier Anleitung zur Ersten Hilfe.

تيلفون عاجل (آتش نشانی و خدمات نجات) 112
گوشک بگوش تان باشد - منتظر سوال و جواب بعدی باشید.
در حالات فوری و ضروری از اینجا هدایت برای امداد اولیه
دریافت می کنید.



Verhalten an der Unfallstelle

طرز رفتار در محل حادثه

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

بحفظ جان خود توجه کرده خود را بلاوجه بخطر نیندازید.

جای حادثه (تصادم)

• اشاره بده

• طوری موتر را در کنار جاده توقف بدهید که دیده شوید

• واسکت ایمنی را بپوشید

• مثلث اخطار را جا بجا کنید

خود را از چگونگی کلی احوال باخبر سازید

به کمک اولیه اقدام کنید



2



Retten aus Gefahr

نجات از معرض خطر

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

- کسانی را که در خطرند، از ساحه خطر برهانید
 - زیر قولش درآیید و ساعدش را بدست بگیرید
 - کسانی را که در خطرند با اتکا ران تان از محل خطر بیرون بکشید
- اگر شخص معروض بخطر وزنش گران باشد، از دیگران یاری بخواهید.



Kontrolle der Lebensfunktionen

کنترول وظایف حیاتی

Bewusstseinskontrolle durch lautes Ansprechen und Anfassen

Wenn keine Reaktion: Atmung prüfen

Wenn keine normale Atmung feststellbar: mit Wiederbelebung beginnen

در حالیکه بصدای بلند او را مخاطب قرار می دهید و بدنش را لمس می کنید، بازرسی کنید که بهوش است یا نه
اگر واکنشی نشان نداد، وضع تنفسش را امتحان کنید
اگر دیدید که تنفسش نورمال نیست، دست به احیای مجدد او بزنید



Stabile Seitenlage

وضع استوار خوابیدگی به یک پهلو

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.

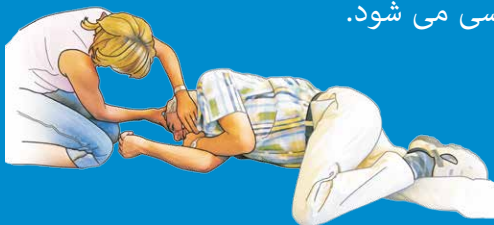
Die stabile Seitenlage sichert die überlebenswichtige Atmung.

در صورتیکه شخص معروض بخطر نورمال نفس بکشد، اما بیهوش باشد:

- توجه کنید: برای اینکه راه تنفس شخص معروض بخطر بازماند، سرش را به پشت سر تکیه بدهید
- پتوراسرش بیندازید، نگرانی کنید، غمخواری نمایید

دهن باز باید پایین ترین نقطه باشد تا اینکه مواد قی شده بتواند از دهن خارج شود.

حالت استوار خوابیدگی به پهلو باعث تامین وظیفه حیاتی مهم تنفسی می شود.



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

اگر تنفس نورمال نباشد:

• بشماره فوری و ضروری ۱۱۲ زنگ بزنید

• کف دستها را در وسط سینه بگذارید

• در صورت تغییر و تبدیل دائمی (دیاگرام را بنگرید)

• قسمت بالای تنه شخص معروض بخطر را برهنه کنید

• مرتبه ماساژ با فشار با فریکانس ۰۰۱ تا ۰۲۱ فی دقیقه ۳۰

• در مورد بزرگسالان تقریباً ۵ تا ۶ سانتی متر عمیق بفشارید

• بار تنفس بدهید ۲



Lebensbedrohliche Blutungen

خون ریزی هایی که حیات را تهدید می کند

Verletzten hinlegen, Arm hochhalten

Starke Blutungen durch direkte Druckanwendung stoppen, möglichst keimarmes Material (z. B. Tuch) auf die Wunde pressen und/oder Druckverband anlegen.

Bei starken Blutungen den Betroffenen in die Schocklage legen

Decke unterlegen/zudecken

شخص مجروح را بالای زمین گذاشته بازویش را بلند کنید
خونریزی شدید را با فشار مسقیم متوقف سازید، اشیای که تا حد امکان عاری از میکروب باشد (مانند پارچه تکه) را بالای زخم فشار دهید و/ یا از بنداژ که فشار وارد میکند استفاده کنید
شفای شوک قرار بدهید

پتویی زیر بدنش نهاده / بالایش پتو بیندازید



Kleiderbrände löschen

آتش سوزی لباسها را گل کنید

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

شخص سوخته را نگذارید از جایش شور بخورد
پتو را در هنگام خاموش کردن آتش طوری بگیرید
که خودتان نسوزید
سر پتو را کاملاً بدور گردن شخص زخمی بپیچانید
شخص زخمی را روی زمین بخوابانید و پتو را از گردن
بسوی پایهایش کشیده / با دست هموار نمایید



Helfen ist Pflicht! Sei ein HELD!

کمک کردن فرض است! قهرمان باش!

Hilfe rufen/Notruf 112

Ermutigen und trösten

Lebenswichtige Funktionen kontrollieren

Decke unterlegen/zudecken

برای طلب کمک تيلفون کن / شماره فوری و ضروری ۲۱۱
جرأت بدهید و تسلی بدهید
وظایف مهم حیاتی را کنترل کنید
پتویی زیر بدنش نهاده / بالایش پتو بیندازید

Weitere Informationen zur Ersten Hilfe unter www.drk.de

برای دریافت اطلاعات بیشتر راجع به کمک اولیه به سایت رجوع
نمایید www.drk.de انترنتی

Mit freundlicher Unterstützung von:

تهیه با پشتیبانی د وستانه

DRK-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.