

Arabisch  
العربية



# 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، ستلقى هنا تعليمات الإسعافات الأولية.



1



# 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



# 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 مستخدما فخذك وأبعده عن منطقة الخطر
- تقبل العون من الآخرين، إن كان الشخص المصاب ثقيلًا جدًا



# 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



# 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:

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

مع الإبقاء على فمه مفتوحا إلى الجانب للسماح بخروج أي قيء إن وجد. تضمن وضعية التثبيت الجانبية الحفاظ على إمكانية التنفس وبالتالي البقاء على قيد الحياة.



# 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 يغطي 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 للإحتراق  
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!

**H**ilfe rufen/Notruf 112

**E**rmutigen und trösten

**L**ebenswichtige Funktionen kontrollieren

**D**ecke 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](http://www.drk.de)**  
يمكنك التعرف على مزيد من المعلومات حول الإسعافات الأولية من خلال  
[www.drk.de](http://www.drk.de) موقع

**Mit freundlicher Unterstützung von:**

أنتج مع وافر الشكر بعون من

DRK-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.