

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



# 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 بفشرد
- بار تنفس بدهید ۲



# Lebensbedrohliche Blutungen

خون ریزی هایی که حیات را تهدید می کند

**Verletzten Arm hochhalten und abdrücken**

**Alle starken Blutungen mit einem Druckverband verbinden**

**Bei starken Blutungen den Betroffenen in die Schocklage legen**

**Decke unterlegen/zudecken**

بازوی شخص زخمی را بلند نگهداشته زخم را بفشارید

تمام خونریزی های شدید را با پلستر سفت ببندید

در صورت خونریزی های شدید زخمی را در وضعیت

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!

**H**ilfe rufen/Notruf 112

**E**rmutigen und trösten

**L**ebenswichtige Funktionen kontrollieren

**D**ecke unterlegen/zudecken

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

9

**Weitere Informationen zur Ersten Hilfe unter [www.drk.de](http://www.drk.de)**

برای دریافت اطلاعات بیشتر راجع به کمک اولیه به سایت رجوع  
نمایید [www.drk.de](http://www.drk.de) انترنتی

**Mit freundlicher Unterstützung von:**

تهیه با پشتیبانی د وستانه

DRK-Landesverband Rheinland-Pfalz e.V.