

Stabile Seitenlage: So geht's richtig

Wann wende ich das an? Bei bewusstlosen Personen, damit die Atemwege freigehalten werden und Erbrochenes oder Blut ablaufen können.

So geht's: 1. Neben dem Betroffenen knien, den fernen Arm am Handgelenk greifen, vor der Brust kreuzen und Handrücken des Betroffenen an dessen Wange legen. Hand festhalten. 2. Den fernen Oberschenkel greifen, Betroffenen zu sich herüberziehen und so auf die Seite drehen. 3. Oberen Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte legen, Kopf nach hinten neigen (überstrecken), damit die Atemwege frei sind. 4. Mund des Betroffenen leicht öffnen, die Hand an der Wange so ausrichten, dass Atemwege frei bleiben.



Fotos: ASB/P. Niehoff (2), Schimkus

Julius daddelt auf der Play-Station, die Mama schreibt WhatsApps und Papa verfolgt den Fußball-Liveticker. Wochenende! Aber wo

Am Wochenende: Smartphone aus?

bleibt da die Familien-Zeit? Haben Sie eine Lösung gefunden? Wird bei Ihnen viel-

leicht zeitweise „der Stecker gezogen“? Die MOPO sucht Familien, die über ihre Lö-

sungen beric Sie uns bitte hamburg@n wort: „Soci rufen Sie an:

HUAWEI P10 mit Leica Dual-Kamera
**BRILLANTE FOTOS,
100 GB CLOUD-SPEICHER**



HUAWEI P10
CO-ENGINEERED WITH 

nur **1€¹**

im Tarif **MagentaMobil M**
mit Top-Smartphone

Exklusiv bei der Telekom

Entscheiden Sie sich für das neue HUAWEI P10 mit hochwertiger Leica Dual-Kamera inklusive 100 GB Speicher in der MagentaCLOUD² der Telekom. Der sichere Platz, um Tausende sensationell scharfe Fotos zu speichern.

Jetzt in Ihrem Telekom Shop, unter www.telekom.de, unter 0800 33 03000 und im teilnehmenden Fachhandel.



ERLEBEN, WAS VERBIN

 **100 GB
1 JAHR
INKLUSIV**

1) Monatlicher Grundpreis für MagentaMobil M ohne Smartphone beträgt aktionsweise bei Buchung bis 18.04.2017 in den ersten 24 Monaten 39,95 €, ab dem 25. Monat beträgt der Grundpreis 44,95 €. Monatlicher Grundpreis für MagentaMobil M mit Smartphone beträgt aktionsweise bei Buchung bis 18.04.2017 in den ersten 12 Monaten 49,95 €, ab dem 13. Monat 54,95 €, und für MagentaMobil M mit Top-Smartphone in den ersten 12 Monaten 59,95 €, ab dem 13. Monat 64,95 €. Bereitstellungspreis 29,95 €. Mindestlaufzeit 24 Monate. Grundpreis sind eine Telefon- und eine SMS-Flatrate in alle dt. Netze enthalten. Ab einem Datenvolumen von 3 GB wird die Bandbreite im jeweiligen Monat auf max. 64 KBit/s (16 KBit/s Upload) beschränkt. Die HotSpot Flatrate gilt für die Nutzung an inländischen HotSpots der Telekom Deutschland GmbH. Zudem beinhaltet der Tarif die Option All Inclusive Testmonat umfasst 31 Tage die Option DayFlat unlimited ab Tarifaktivierung. Nach Ablauf der 31 Tage gilt das Datenvolumen im jeweiligen Tarif. Kostenloser Testmonat der D gilt für Neukunden sowie für Bestandskunden bei erstmaligem Vertragsabschluss eines MagentaMobil Tarifs. 2) Bei Kauf eines HUAWEI P10 und gleichzeitigem Abschluss eines Funk-Vertrags sowie Buchung der Zubuchoption MagentaCLOUD L bis 31.05.2017 entfällt der monatliche Grundpreis von 9,95 €/Monat für die Zubuchoption für 1 Jahr. Danach automatisch zurück auf die kostenlose Zubuchoption MagentaCLOUD S mit 25 GB Speicher. Voraussetzung für die Nutzung ist ein Telekom Login, der kostenlos eingerichtet werden kann. Ein Angebot von: Telekom Deutschland GmbH, Landgrabenweg 151, 53227 Bonn.

Lebensgefährliche Wunde: Das ist zu tun

Wann wende ich das an? Einen Druckverband legt man beispielsweise bei lebensbedrohlichen Wunden, die nicht aufhören zu bluten, wie etwa am Handgelenk (das Blut auf diesen Fotos ist Kunstblut!).

So verbindet man eine Wunde richtig: 1. Blutzufuhr am Oberarm mit dem Finger abklemmen.

2. Sterile Wundauflage auf die Wunde legen.

3. Wundauflage zwei bis drei Mal mit der Mullbinde fest umwickeln.

4. Druckpolster – etwa eine verpackte Mullbinde – auf den Wundbereich legen.

5. Druckpolster mit Mullbinde umwickeln und festzurren.

6. Betroffenes Körperteil hoch lagern, damit der Blutverlust etwas gemindert wird.

Melissa Floer (20), Bauzeichnerin, und Marcel Gilleßen (25), Service-Techniker, beide aus Mönchengladbach, wussten noch ziemlich gut, wie man einen Druckverband legt: „Wir konnten uns noch daran erinnern, dass man bei einer lebensgefährlichen Blutung am Handgelenk einen Druckverband machen muss“, sagt Melissa Floer. „Nur dass man das Verbandspäckchen, das als Polster dienen soll, eingepackt lassen muss, das war uns nicht mehr so wirklich bewusst. Aber eigentlich ist das ja sogar klar, denn ausgepackt würde es sich mit Blut vollsaugen. Das wäre nicht gut. Immerhin: Wir haben den Verband bei dieser ‚Verletzten‘ richtig schön fest gemacht.“



Melissa Floer (20) und Marcel Gilleßen (25) konnten der Reporterin beim Test mit einem Druckverband helfen.



MOPO-Reporterin Sina Kedenburg (24) hat eine blutende Wunde am Arm – natürlich mit Theaterblut geschminkt.