Notfallkarte

Vorsorge für plötzliche Unfälle: Eine Notfallkarte im Portemonnaie oder der Notfallpass im Mobiltelefon geben Sicherheit und Helfenden vor Ort alle wichtigen Informationen.

Für den Fall, dass Ihnen unterwegs etwas passiert und Sie sich nicht mehr verständigen können, ist es hilfreich, wichtige Daten für diesen Moment schriftlich zusammengefasst zu haben. Auf einer Notfallkarte im Portemonnaie zum Beispiel haben Sie die Angaben, die für den Rettungsdienst zur Notfallbehandlung unentbehrlich sind immer dabei. Ebenso Kontaktdaten, wer im Notfall zu verständigen ist, und ob sie für jemanden verantwortlich sind.

Diese Daten können auch in der Gesundheitsapp des Mobiltelefons gespeichert sein. Dies nennt sich z. B. „Notfallpass“, und kann so eingestellt sein, dass er auch abrufbar ist, wenn ihr Handy gesperrt ist. Oft gibt es auch die Möglichkeit klinische Dokumente zu hinterlegen.

Für den Fall, dass Ihnen zu Hause etwas passiert, können Sie eine Notfallcheckliste an einem leicht zugänglichen Ort, z.B. an der Tür oder auf dem Tisch ablegen. Die Notfallcheckliste enthält ebenfalls Daten für den Rettungsdienst zur Notfallbehandlung. Sie kann natürlich sehr viel ausführlicher als eine Karte im Portemonnaie Hinweise auf Allergien, Vorerkrankungen, Medikamentenlisten und Dokumente wie Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung enthalten. Eine Checkliste können Sie hier zum Ausfüllen herunterladen.