

## Notfallblatt

### SINN UND ZWECK

Bei einem medizinischen Notfall kann es lebensrettend sein, wenn die Rettungskräfte wissen, wie es um Deine Gesundheit bestellt ist, auf welche Medikamente Du angewiesen bist und wer über Deine Gesundheit Bescheid weiss. Ausserdem ist es für alle, die auf einer Wanderung jemanden mit medizinischen Problemen antreffen, wichtig, eine Notfallnummer zu haben.

**Deshalb macht es Sinn, in der Deckeltasche des Rucksacks ein persönliches Blatt mit den wichtigsten Daten mitzuführen. Dieses ist ausschliesslich für den Notfall gedacht und bleibt im Normalfall in Deinem Besitz.**

Fülle das Blatt gut leserlich aus, stecke es in ein wasserdichtes Mäppli und lass es einfach in Deinem Rucksack. Für diesen kleinen Beitrag zur Sicherheit auf unseren Wanderungen danken Dir der/die Wanderleiter/in herzlich!

Vorname:

Name:

Adresse:

PLZ/Ort:

Tel./Mobile:

Geburtsdatum:

### Im Notfall zu kontaktieren

Person 1:

Telefon-Nr.:

Person 2:

Telefon-Nr.:

### Hausarzt

Name:

Telefon-Nr.:

### Vorbestehende Krankheiten / Medikamente

Diabetes

Epilepsie

Herzprobleme

Lunge/Asthma

Schwindel/Ohnmacht

Gleichgewicht

Blutverdünner

zu hoher Blutdruck

Herzschrittmacher

Allergien:

Weiteres:

Persönliche Medikamente:

Blutgruppe:

**Das Blatt dient der eigenen Sicherheit. Die Angaben sind vertraulich und dürfen nur im Notfall bei lebensbedrohlichen Situationen durch Rettungskräfte konsultiert werden.**

Datum:

Unterschrift: