

Notfallblatt für Babysitter und Großeltern

**112****Im Notfall: 112**

Sofort den Rettungsdienst rufen, wenn das Kind:

- **bewusstlos** ist oder **nicht normal atmet**;
- **schwere Atemnot** hat oder sich **verschluckt** hat und nicht mehr husten kann;
- einen **Krampfanfall** hat;
- schwer verletzt ist, stark blutet oder sich großflächig verbrüht hat.

Beim Anruf: Wo ist es passiert? Was ist passiert? Wie alt ist das Kind? Welche Verletzungen? Dann auf Rückfragen warten und nicht selbst auflegen. Die 112 ist kostenlos, auch vom Handy.

Bei Verdacht auf eine Vergiftung ohne diese Zeichen: den Giftnotruf anrufen (unten). Bei Krankheit, wenn es nicht bis morgen warten kann: ärztlicher Bereitschaftsdienst 116117. Und danach immer die Eltern.

Unser Kind

Name und Geburtsdatum: _____

Adresse (für den Notruf): _____

Allergien und Unverträglichkeiten: _____

Erkrankungen, die man wissen muss: _____

Wo Versichertenkarte und Untersuchungsheft liegen: _____

So erreichst du uns

Mama: _____

Papa oder zweite Person: _____

Falls wir nicht erreichbar sind: _____

Kinderarztpraxis: _____

⚠ Giftnotruf – rund um die Uhr

Rund um die Uhr erreichbar. Ist die Nummer für dein Bundesland nicht erreichbar, hilft ein anderer Giftnotruf weiter.

Berlin, Brandenburg: **030 19240**

Nordrhein-Westfalen: **0228 19240**

Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt, Thüringen: **0361 730730**

Freiburg: **0761 19240**

Bremen, Hamburg, Niedersachsen, Schleswig-Holstein: **0551 19240**

Rheinland-Pfalz, Hessen, Saarland: **06131 19240**

München: **089 19240**

Österreich: **01 406 43 43**

Schweiz: **145**

📖 Was du über den Alltag wissen musst

Essen und Trinken: _____

Schlafenszeit und Einschlafritual: _____

Was tröstet: _____

Was auf keinen Fall: _____

🛏 **Wenn ein Baby schläft:** auf dem Rücken, im eigenen Bett, im Schlafsack, ohne Kissen, Decke oder Kuscheltiere im Bett, in einem rauchfreien Raum.

💗 **Wenn ein Baby nicht aufhört zu schreien:** Niemals schütteln. Wer merkt, dass die Geduld zu Ende geht, legt das Baby sicher ins Bett, verlässt kurz den Raum und ruft die Eltern an.

Quellen

1. Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), kindergesundheit-info.de: Giftinformationszentralen und Giftnotruf. Stand: 01.10.2026. kindergesundheit-info.de
2. Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), kindergesundheit-info.de: Notfallsituationen. Stand: 05.05.2025. kindergesundheit-info.de
3. Gesundheitsportal Österreich: Deutschsprachige Giftinformationszentralen. gesundheit.gv.at
4. Tox Info Suisse: Medienmitteilungen (Notfallnummer 145, Betrieb 2026 gesichert). toxinfo.ch
5. Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), kindergesundheit-info.de: Vorbeugung gegen den Plötzlichen Kindstod. Stand: 14.09.2024. kindergesundheit-info.de
6. Bundesinstitut für Öffentliche Gesundheit (BIÖG), kindergesundheit-info.de: Schreiprobleme. Stand: 31.03.2026. kindergesundheit-info.de
7. Kassenärztliche Bundesvereinigung: Der ärztliche Bereitschaftsdienst 116117. 116117.de