

Checkliste Erste Hilfe Set

- Handschuhe (am Besten als Handschuh Ei)
- Verbandpäckchen in unterschiedlichen Größen
- Schere (Kleiderschere)
- Pflaster /Tape (Empfehlung Leukoplast)
- Wundschnellverband
- Blasenpflaster (Empfehlung Compeed)
- Dreiecktuch
- Rettungsdecke (am besten 1 pro Person, plus 1 als Ersatz)
- Zeckenzange, -karte, -schlinge
- Elastische Binde
- Kompressen 10*10 (2 Stück reichen aus)
- Verbandtuch
- Face-Shield (Beatmungshilfe)
- Traubenzucker
- Fettgaze
- Desinfektionsmittel für Wunden
- Kleine Kochsalzampullen (NaCl 0,9%)
- SteriStrips
- Sonnenschutz (Körper und Lippen)

Für Kinder:

- Kindergerechte Wundschnellverbände
- Etwas zum Ablenken

Nice to Have

- Heat it
- Notverband