

# Inhaltsverzeichnis für den Notfall-Ordner

PERSÖNLICHE DATEN – KONTAKTPERSONEN – HAUSARZT

WICHTIGE TELEFONNUMMERN

VORERKRANKUNGEN – MEDIKAMENTENPLAN

KRANKENVERSICHERUNG(EN)

FAMILIENANGEHÖRIGE – HAUSTIERE

RENTENUNTERLAGEN

VERSICHERUNGEN (ÜBERSICHT)

BEVOLLMÄCHTIGUNG(EN)

BANK-KONTAKTE

PATIENTENVERFÜGUNG  
BETREUUNGSVOLLMACHT

HINWEISE ZUM TESTAMENT

WEITERE WICHTIGE UNTERLAGEN  
LIEGEN WO?

**Vi.S.d.P.:** Sibylle Dickmann, Boserother Str. 74, 53639 Königswinter

**Text:** Dr. Christoph Kley

**Foto:** Ulrike Ries

**köwi**  
ökologisch.sozial.lokal

Notfall-Dose und Notfall-Ordner

## GUT VORBEREITET FÜR DEN NOTFALL

**köwi**  
ökologisch.sozial.lokal

**H**erzinfarkt, Schlaganfall oder Oberschenkelhalsbruch – Situationen, die sich niemand wünscht, aber die keiner verhindern kann. In solchen Notfällen kann man als Betroffene/r oft keine Auskunft mehr geben, weil einem das Bewusstsein fehlt oder Schmerzen die Luft nehmen. Das Wichtigste für den Rettungsdienst und das Notfallteam im Krankenhaus sind dann Informa-

tionen zu vorbestehenden Erkrankungen, Medikamenten und Kontaktpersonen.

Um für den Notfall gerüstet zu sein, hat es sich als sehr hilfreich erwiesen, diese wichtigen Informationen an einem Ort bereitzuhalten, den jeder schnell finden kann. In dieser Beilage haben wir für Sie eine praktische Anleitung zusammengestellt. Sie besteht aus zwei Teilen:

### Eine Notfall-Dose:

In nahezu jedem Haushalt gibt es einen Kühlschrank, und der ist in der Regel leicht zu finden. Suchen sie sich ein leeres Marmeladenglas, eine Kunststoffdose (sog. Tupperdose o.ä.), zur Not einen Gefrierbeutel. Da hinein legen Sie den ausgefüllten Bogen „Für die Notfall-Dose“ (s. Beilage), dazu ggf. weitere Unterlagen (Medikamentenliste). Kleben sie den beiliegenden Aufkleber darauf und stellen

Sie alles gut sichtbar in Ihren Kühlschrank. Auf Ihre Haus- oder Wohnungstüre kleben Sie den Aufkleber „Notfall-Dose im Kühlschrank“.

### Ein Notfall-Ordner:

In der Beilage finden Sie ein Inhaltsverzeichnis für Ihren persönlichen Notfallordner. Legen Sie sich einen DIN A4-Aktenordner an, kleben Sie den Aufkleber „Notfall-Ordner“ auf den Rücken und fügen Sie die aufgeführten Dokumente hinzu. Es müssen natürlich nicht alle genannten Dokumente vorhanden sein, es handelt sich vielmehr um eine Vorschlagsliste. Streichen Sie oder ergänzen Sie, was Sie für sinnvoll halten. Heben Sie auch diesen Ordner an einem Ort auf, der für andere leicht zu finden ist – z.B. gut sichtbar in einem Regal oder auf Ihrem Schreibtisch.

### GANZ WICHTIG:

Achten Sie darauf, dass die Unterlagen aktuell bleiben. Insbesondere Medikamentenänderungen sollten Sie immer auf dem neuesten Stand halten! Wir wünschen Ihnen, dass diese Unterlagen nie gebraucht werden! Wenn aber doch, mögen sie dazu beitragen, dass Sie alles gut überstehen! ■



## Für die Notfall-Dose

VORNAME UND NAME	
GEBURTSDATUM	
STRASSE	
WOHNORT	
TELEFON 1	
TELEFON 2	
KRANKENKASSE	
VERSICHERTENNUMMER	
VORERKRANKUNGEN	
MEDIKAMENTE (evt. Kopie Medikamentenliste)	
UNVERTRÄGLICHKEITEN (Medikamente) / ALLERGIEN	
HAUSARZT	
ANDERE ÄRZTE	
PFLEGEDIENST	
KONTAKTPERSON 1	
KONTAKTPERSON 2	
PATIENTENVERFÜGUNG	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN   WO
ORGANSPENDEAUSWEIS	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN   WO
VORSORGEVOLLMACHT	<input type="checkbox"/> JA <input type="checkbox"/> NEIN   WO
SONSTIGE	

## Für den Notfall-Ordner

VORNAME UND NAME	
GEBURTSTAG	
STRASSE	
WIHTIGE TELEFONNUMMERN	
POLIZEI / NOTRUF	<b>110</b>
FEUERWEHR	<b>112</b>
ÄRZTLICHER BEREITSCHAFTSDIENST	<b>116 117</b>
ZAHNÄRZTLICHER NOTDIENST	
SPERRNOTRUF FÜR BANK- UND KREDITKARTEN	
WEITERE	
PERSÖNLICHE DATEN	
KONTAKTPERSONEN	
HAUSARZT / ANDERE ÄRZTE	