



Erste Hilfe in der Schweiz

Die 7 wichtigsten Fakten zur Studie

Eine Studie von Helsana und des Schweizerischen Roten Kreuzes, durchgeführt von gfs Bern im März 2026.

Erste Hilfe in der Schweiz 2026 – Die wichtigsten Fakten

«Nur jede zweite Person fühlt sich sicher, im Notfall zu helfen.»

Eine Studie des Schweizerischen Roten Kreuzes und Helsana zur Ersten Hilfe in der Schweiz.

Für die Studie wurden im März 2026 rund 2'000 Personen im Alter von 18 bis 74 Jahren in der gesamten Schweiz befragt. Basis für die Befragung bildete das hauseigene Online-Panel «Politrends» von gfs.bern. Die Ergebnisse sind repräsentativ für die sprachintegrierte Wohnbevölkerung zwischen 18 und 74 Jahren und erlauben eine fundierte Einordnung des aktuellen Stands der Ersten Hilfe in der Schweiz.

Helsana

Schweizerisches Rotes Kreuz



gfs.bern



Fakt 1 Hohe Erfahrungen mit medizinischen Notfällen anderer

Rund zwei Drittel der Bevölkerung hat mindestens einmal einen medizinischen Notfall anderer direkt miterlebt, sei es im engsten persönlichen Umfeld, im weiteren sozialen Kreis oder auch bei unbekanntem Personen. Das Miterleben medizinischer Notfälle fand am häufigsten im privaten Kontext statt – namentlich zu Hause.

Miterleben eines medizinischen Notfalls anderer

Haben Sie persönlich schon einen medizinischen Notfall anderer direkt miterlebt?

Mehrere Antworten möglich

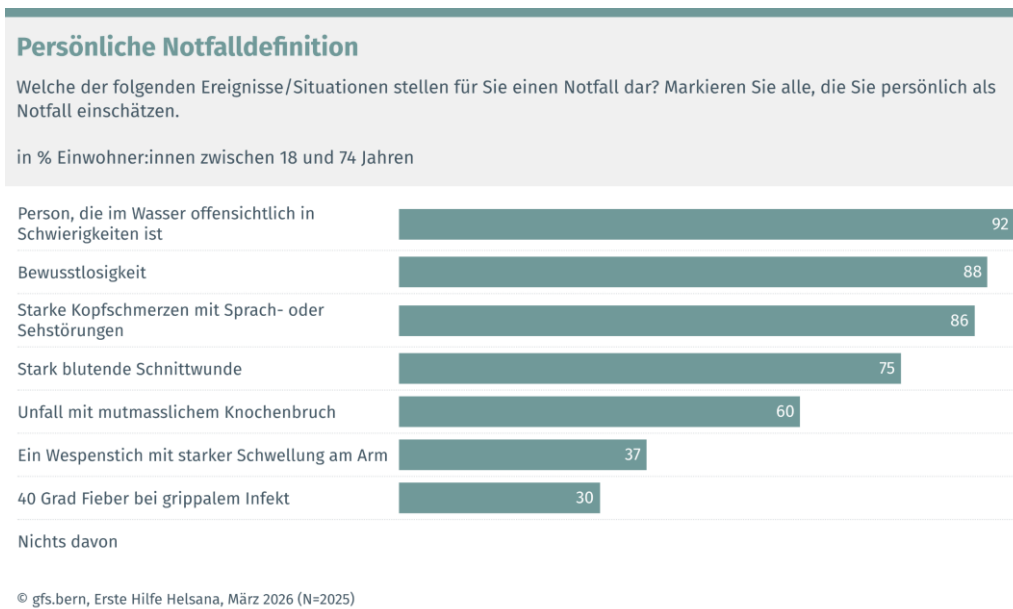
in % Einwohner:innen zwischen 18 und 74 Jahren

Nein	32
Ja, im engsten Umfeld	29
Ja, von Unbekannten	29
Ja, im weiteren Umfeld (z.B. Nachbarn, Arbeitskollegin)	28
Ich bin mir nicht sicher	4

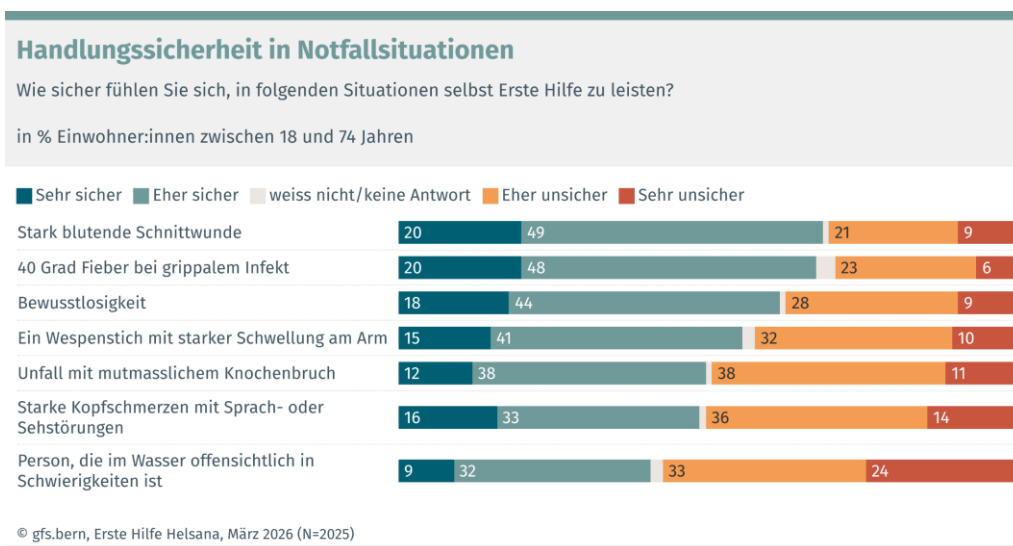
© gfs.bern, Erste Hilfe Helsana, März 2026 (N=2025)

Fakt 2 Notfälle werden zunehmend enger definiert

Jeweils eine deutliche Mehrheit der Bevölkerung bezeichnet lebensbedrohliche Situationen wie etwa Bewusstlosigkeit (88%), starke Kopfschmerzen mit Sprach- oder Sehstörungen (86%) oder eine Person, die sich im Wasser in Schwierigkeiten befindet (92%) als Notfall.

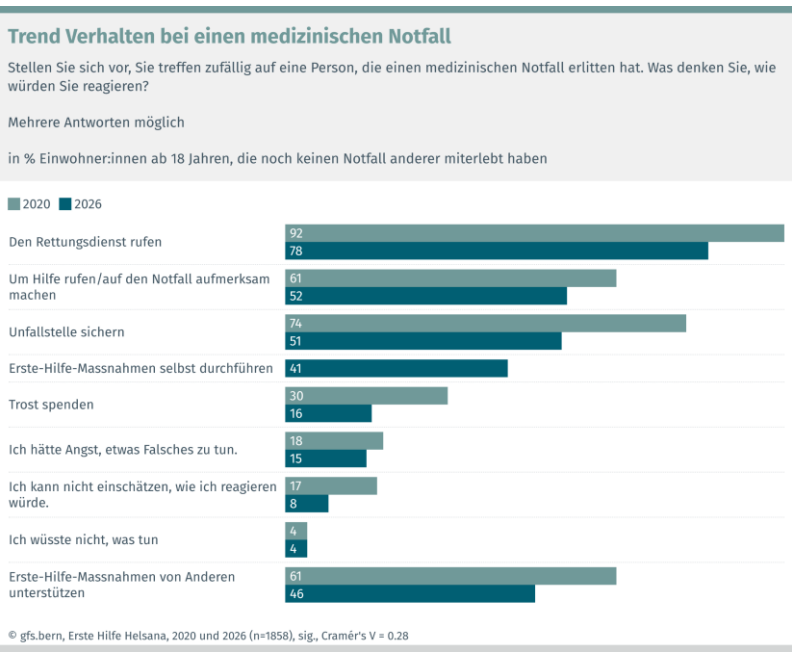


In der generellen Selbsteinschätzung fühlt sich rund die Hälfte der Bevölkerung eher bis sehr sicher im Umgang mit Notfallsituationen. Die wahrgenommene Handlungssicherheit variiert je nach Notfallsituation deutlich: Bei einfachen und häufigeren Situationen überwiegt die Sicherheit, während sie mit zunehmender Komplexität und insbesondere in Notfällen im Wasser deutlich geringer ist.



Fakt 3 Hohe Hilfsbereitschaft – aber beschränkte Handlungssicherheit im Ernstfall

Die grundsätzliche Bereitschaft zu helfen ist in der Schweizer Bevölkerung weiterhin hoch. Gleichzeitig zeigt sich im Vergleich zu 2020 bei einzelnen Handlungen eine leichte Abnahme der aktiven Handlungsbereitschaft, trotz leicht gestiegener wahrgenommener Sicherheit: Weniger Personen geben an, den Rettungsdienst zu rufen, die Unfallstelle zu sichern oder selbst Erste-Hilfe-Massnahmen einzuleiten. Wer nicht eingreift, tut dies weniger aus fehlendem Interesse als aus Unsicherheit – fehlende Erfahrung und die Angst davor, etwas falsch zu machen, sind die häufigsten Gründe.



Fakt 4 Breites Grundlagenwissen – aber Lücken in der praktischen Anwendung

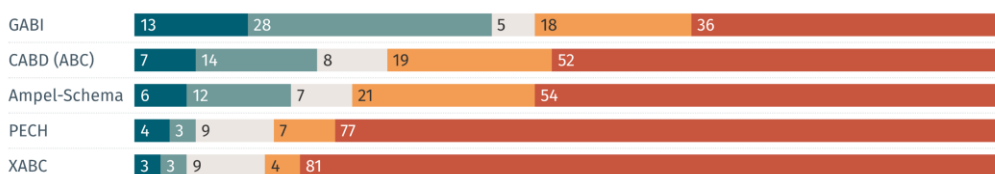
Zentrale Elemente der Ersten Hilfe, wie die Alarmierung des Rettungsdienstes oder die Funktion eines Defibrillators sind breit verankert. Deutlich heterogener fällt der Wissensstand bei konkreten Handlungsschemata der Ersten Hilfe aus. GABI, CABD oder das Ampelschema sind nur einem Teil der Bevölkerung bekannt, und der Anteil derjenigen, die ein Schema auch tatsächlich angewendet haben, bleibt deutlich kleiner als jener, die es lediglich kennen.

Kenntnis der Schemata für die Soforthilfe

Es gibt verschiedene Schemata für die Soforthilfe bei medizinischen Notfällen. Wie gut sind Ihnen die folgenden Schemata bekannt?

in % Einwohner:innen zwischen 18 und 74 Jahren

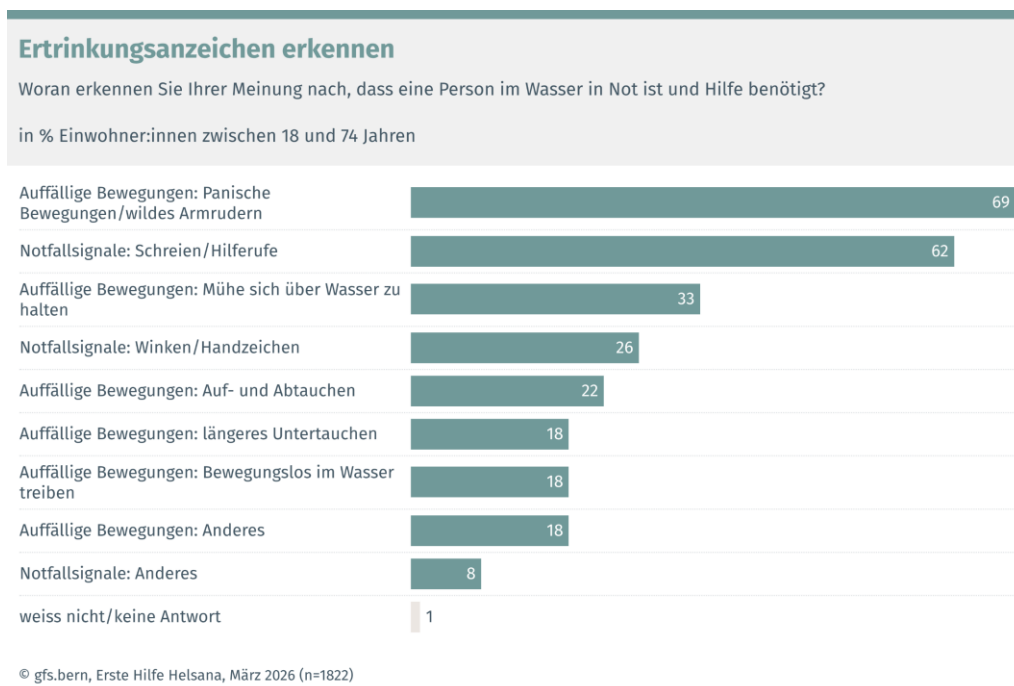
■ Ich habe dieses Schema bereits selbst angewendet. ■ Ich kenne dieses Schema und weiss, wofür die Buchstaben bzw. die Abkürzung stehen. ■ weiss nicht/keine Antwort ■ Ich habe von diesem Schema schon einmal gehört. ■ Dieses Schema ist mir unbekannt.



© gfs.bern, Erste Hilfe Helsana, März 2026 (N=2025)

Fakt 5 Geringste wahrgenommene Handlungssicherheit bei Notfallsituationen im Wasser

Die Bevölkerung erkennt primär auffällige, dramatische Anzeichen wie Hilferufe oder panische Bewegungen im Wasser, während reales Ertrinken oft still und unauffällig verläuft. Entsprechend gross ist die Unsicherheit. Bei Notfällen im Wasser fühlt sich die Bevölkerung weniger handlungssicher als in jeder anderen Notfallsituation. Drei Viertel haben zudem noch nie einen Kurs besucht, der das richtige Verhalten bei Ertrinkungsunfällen thematisiert. Notfallsituationen im Wasser stehen exemplarisch für Situationen mit hoher Unsicherheit, emotionaler Belastung und Zielkonflikten beim Eigenschutz.



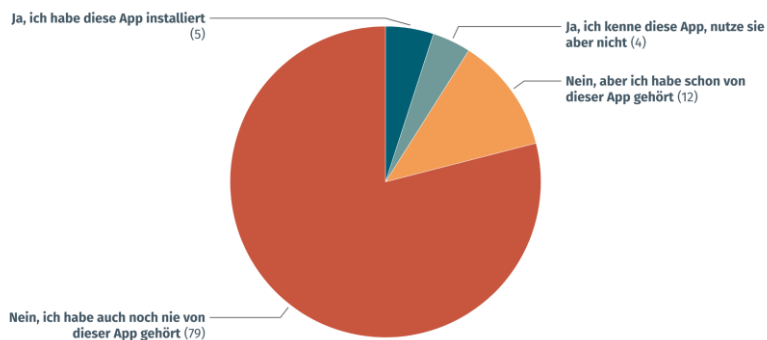
Fakt 6 Digitalisierung als Unterstützung – aber noch kaum genutzt

Digitale Angebote werden grundsätzlich als unterstützend wahrgenommen, die tatsächliche Nutzung ist aber gering. Die Erste-Hilfe-App des Roten Kreuzes kennen nur 21 Prozent. Gleichzeitig überwiegen kritische Einschätzungen, wonach die Verfügbarkeit digitaler Hilfsmittel zu einer geringeren Pflege eigener Kenntnisse oder zu passiverem Verhalten beitragen könnte. Die Digitalisierung bietet damit klares Potenzial – das bislang nur teilweise ausgeschöpft wird.

Kenntnis Erste Hilfe App des RK

Kennen Sie die Erste Hilfe App des Roten Kreuzes?

in % Einwohner:innen zwischen 18 und 74 Jahren



© gfs.bern, Erste Hilfe Helsana, März 2026 (N=2025)

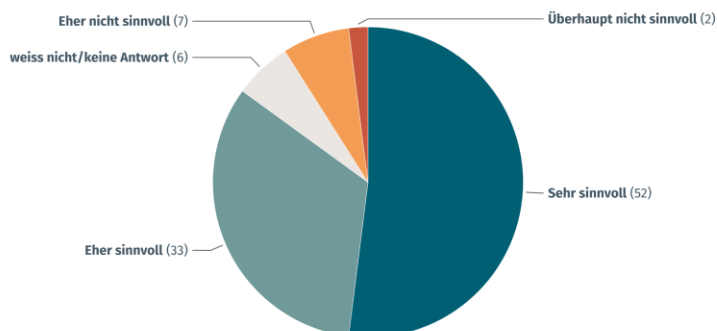
Fakt 7 Bevölkerung fordert strukturelle Stärkung der Ersten Hilfe

85 Prozent erachten nationale Informationskampagnen als sinnvoll. Die Unterstützung für konkrete Massnahmen ist noch höher: Obligatorische Kurse in Schulen (94%) und Betrieben (89%) sowie mehr Defibrillatoren im öffentlichen Raum (88%) finden breite Zustimmung. Die Stärkung der Handlungskompetenz wird damit klar als gesamtgesellschaftliche Aufgabe verstanden. In Bezug auf die Finanzierung ergibt sich ein klares Bild: Die Hauptverantwortung wird mehrheitlich beim Bund gesehen.

Relevanz nationale Informationskampagnen zu Erster Hilfe

Wie sinnvoll erachten Sie nationale Informationskampagnen rund um die Erste Hilfe?

in % Einwohner:innen zwischen 18 und 74 Jahren



© gfs.bern, Erste Hilfe Helsana, März 2026 (N=2025)

Fazit der Studie

Die Studie zeigt: Die Hilfsbereitschaft ist in der Schweiz hoch, die Handlungskompetenz aber lückenhaft. Wissen allein genügt nicht. Regelmässige Auffrischung, frühe Ausbildung und gezielte Sensibilisierung sind nötig, um diese Lücke zu schliessen. Die Bevölkerung fordert genau das – und versteht Erste Hilfe als gesamtgesellschaftliche Aufgabe.

Weiterführende Informationen zur Studie finden Sie im Schlussbericht: www.helsana.ch/srk

gfs.bern ag
Effingerstrasse 14
CH – 3011 Bern
+41 31 311 08 06
info@gfsbern.ch
www.gfsbern.ch

Das Forschungsinstitut gfs.bern ist Mitglied von Swiss Insights und garantiert, dass keine Interviews mit offenen oder verdeckten Werbe-, Verkaufs- oder Bestellabsichten durchgeführt werden.

Mehr Infos unter www.swiss-insights.ch

SWISS INSIGHTS
Corporate Member

gfs.bern 