

# Maßnahmen bei Erkrankungen, Verletzungen und Unfällen

## Regeln für „Erste Hilfe“

### Verhalten bei einem Unfall

#### Sechs Gebote:

1. Man berge einen Verunglückten unverzüglich aus der Gefahrenzone, sofern angenommen werden kann, dass er dadurch nicht zusätzlich geschädigt werden kann. Sonst an Ort und Stelle belassen, aber vor weiterer Gefährdung durch Absicherung der Unfallstelle schützen.
2. Einen bewußtlos Verunglückten sofort schonend in stabile Seitenlage bringen, damit er nicht an seiner Zunge oder Erbrochenem, Blut oder Speichel erstickt. Alle beengenden Kleidungsstücke vorsichtig öffnen.
3. Durch laufende Kontrolle davon überzeugen, dass der Bewusstlose atmet. Sollte die Atmung aussetzen, Kopf vorsichtig so weit nackenwärts beugen, als dies möglich ist, und sofort mit der Atemspende beginnen.
4. Blutungen durch Anlegen steriler Druckverbände versorgen. Auch bei Schlagaderblutungen, aus denen das Blut stoßweise hervorspritzt, reicht meist ein Druckverband. An manchen Körperstellen wird man Schlagaderblutungen nur durch Abdrücken mit dem Finger stillen können. Abschnürungen sind fast immer entbehrlich.
5. Alle Wunden mit keimfreiem Mull bedecken und vorsichtig verbinden.
6. Der Verunglückte ist zuzudecken und vor Wärmeverlust zu schützen. Vorsichtig die gebrochenen Gliedmaßen oder geschwollenen Gelenke schienen, falls dies vor dem Eintreffen weiterer Hilfe notwendig ist. Den Abtransport Rettungsfahrzeugen überlassen.

#### Sechs Verbote

1. Niemals den Versuch unternehmen, einen Verunglückten zu untersuchen, gebrochene Gliedmaßen einzurichten oder herausquellende Eingeweide (Gedärme, Gehirn) zurückzudrängen.
2. Niemals eingedrungene Fremdkörper aus dem Brust- und Bauchraum, Augen oder Kopf entfernen, sondern sie auf jeden Fall, gleichgültig ob klein oder groß, stecken lassen.
3. Niemals einen bewusstlosen Verunglückten auf dem Rücken liegen lassen. Dem bei Bewusstsein befindlichen Verunglückten zwingt man nicht eine Lage auf, die er nicht einnehmen will.
4. Niemals einem Bewusstlosen etwas einflößen. Einem Verunglückten, auch wenn er bei Bewusstsein ist und danach verlangt, nicht zu essen, zu trinken oder gar Arzneimittel geben; dadurch könnte er bei einer späteren notwendigen Operation schwer gefährdet werden.
5. Niemals Wunden mit bloßen Händen oder irgendwelchen Behelfen berühren. Wunden niemals auswaschen (ausgenommen Verätzungen mit Säuren oder Laugen), sondern nur keimfrei bedecken. Auf keinen Fall verwendet man zum Verbinden Watte oder Zellstoff.
6. Niemals einem Verunglückten, auch wenn er bei Bewusstsein ist, in unsachgemäßer Lagerung, etwa im eigenen Auto oder gar auf dem Soziussitz eines Kraftrades, wegbringen.

**Der Lehrer oder einer der Begleitpersonen sollte grundlegendes Wissen besitzen bei folgenden Gefahrensituationen:**

- Atemspende
- Behelfsmäßiger Transport
- Bewusstlosigkeit, Ohnmacht
- Elektrischer Unfall
- Erfrierungen
- Ertrinken
- Fremdkörper im Auge
- Fremdkörper in der Nase und im Ohr
- Hitzschlag
- Insektenstiche
- Knochenbrüche
- Krampfanfälle
- Nasenbluten
- Ohrbluten
- Schock
- Schlangenbiss
- Sonnenstich
- Stabile Seitenlage
- Verätzungen
- Verbrennungen, Vergiftungen, Wunden
- Wundlaufen der Füße

**Die Mitnahme von einer kleinen Verbandtasche auf Wanderungen, Ausflüge u.ä. wird dringend empfohlen.**