



Es kommt auf jede Minute an!

Oft hängt es von der unverzüglich einsetzenden ERSTEN HILFE ab, ob ein Mensch in einer Notsituation eine zweite Lebenschance erhält. Jedermann ist nach dem Gesetz verpflichtet, einem Verunglückten oder akut lebensbedrohlich Erkrankten oder Vergifteten Hilfe zu leisten.

DIE RETTUNGSKETTE



Als Ersthelfer sind Sie für die ersten 3 Kettenglieder verantwortlich!	Die Kettenglieder 4 und 5 werden von Rettungsdienst, Sanitäter und Ärzten durchgeführt.
--	---

1) Absichern und Bergen

Liegt eine Gefahrenzone vor, d.h. besteht Gefahr für den Verunglückten und den Helfer (z.B. Brand-, Explosions- oder Einsturzgefahr, bei Verkehrsunfällen Gefahr von weiteren Unfällen), **dann ist der Verunglückte rasch und schonend aus dem Gefahrenbereich durch WEGZIEHEN oder WEGTRAGEN zu bergen.**

Die Bergung aus einem Fahrzeug erfolgt am besten mit dem RAUTEK-GRIFF. Bei Verkehrsunfällen ist die Unfallstelle **durch Aufstellen einer Warneinrichtung anzuzeigen.** Auf Freilandstraßen in ca. 130-150 m Entfernung. Auf Autobahnen in ca. 200-250 m Entfernung.

Weitere Warneinrichtungen: **Warnweste, Warnblinkanlage, Warnleuchte, Pannendreieck.**

2) Notruf und Unfallmeldung

Hilferufe sollten möglichst **PRÄZISE** formuliert werden. Neben den Notruf-Nummern sollte **JEDER** weitere wichtige Telefonnummern griffbereit zur Verfügung haben.

- | | | | |
|------------------------------|-------------|-----------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> 122 | Feuerwehr | WO ist was passiert? | <input type="checkbox"/> Hausarzt |
| <input type="checkbox"/> 133 | Polizei | WAS ist passiert? | <input type="checkbox"/> Krankenhaus |
| <input type="checkbox"/> 144 | Rettung | WIEVIELE Verletzte? | <input type="checkbox"/> Apotheke |
| <input type="checkbox"/> 112 | Euro-Notruf | WER ruft an? | <input type="checkbox"/> Vergiftungszentrale 01/406 43 43 |
| | | | <input type="checkbox"/> |

3) Weitere Erste Hilfe - Lebensrettende Sofortmaßnahmen

Gefahrenzone	=	Bergung	Kreislaufstillstand	=	Beatmung + Herzmassage
Bewusstlosigkeit	=	Stabile Seitenlage	Starke Blutung	=	Blutstillung
Atemstillstand	=	Beatmung	Schock	=	Schockbekämpfung

Richtige Lagerung

Wenn ein Mensch auf Ansprechen, Berühren und auf Schmerzreize nicht situationsgerecht reagiert, aber Atmung und Kreislauf erhalten sind, dann ist er **bewusstlos**. Es fehlen das Bewusstsein, die Muskelspannung und die lebenswichtigen Abwehrreflexe.

Ein Bewusstloser befindet sich, verbleibt er in Rückenlage, in Lebensgefahr. Durch Fremdkörper, Erbrochenes oder das Zurücksinken der Zunge können die Atemwege verlegt sein. Es droht der Erstikungstod! Der Bewusstlose ist sofort in die **STABILE SEITENLAGE** zu bringen:

Kopf des Bewusstlosen nackenwärts überstrecken und das Gesicht dem Boden zuwenden, sodass die Zunge die Atemwege nicht verlegt und Blut, Schleim oder Erbrochenes abfließen können.

Kreislauf- und Atemkontrolle nach jeweils 1 Minute

Beatmung und Herzmassage

Der Mensch kommt 30 Tage ohne Essen, drei Tage ohne Wasser - aber nur drei Minuten ohne Sauerstoff aus. Danach drohen Schäden, die nicht wieder gutzumachen sind.

ATEMSTILLSTAND besteht, wenn ein Mensch auf äußere Reize nicht richtig reagiert und wenn trotz freier Atemwege **KEINE ATMUNG**, wohl aber ein intakter Blutkreislauf feststellbar sind.

KREISLAUFSTILLSTAND besteht, wenn ein Mensch auf äußere Reize nicht richtig reagiert. **ATMUNG** und **BLUTKREISLAUF** sind nicht feststellbar.

In beiden Fällen ist **sofort** mit der Atemspende - wenn erforderlich - in Kombination mit der Herzmassage zu beginnen.

RUHE BEWAHREN - ÜBERLEGT HANDELN

Blutstillung

Wenn Blut aus einer Wunde spritzt oder im Schwall austritt, spricht man von einer **STARKEN BLUTUNG**. **Wird diese Blutung nicht rechtzeitig gestillt, kann es unter dem Anzeichen eines schweren Schockzustandes (= Kreislaufversagen) zum Tod kommen.**

Die Blutstillung erfolgt durch **FINGERDRUCK**, d.h. - keimfreie Wundauflage auf die stark blutende Wunde pressen -, oder durch Anlegen eines Druckverbandes.

Schockbekämpfung

Bei Störungen der lebenswichtigen Funktionen z.B. durch starken Blutverlust, schwere Verletzungen oder Verbrennungen kann es zum **SCHOCK** kommen, **der lebensbedrohend sein kann.**

Sofortmaßnahmen je nach Art der Verletzung:

Blutstillung, Schmerzlinderung, richtige Lagerung, Zudecken des Verletzten uam.