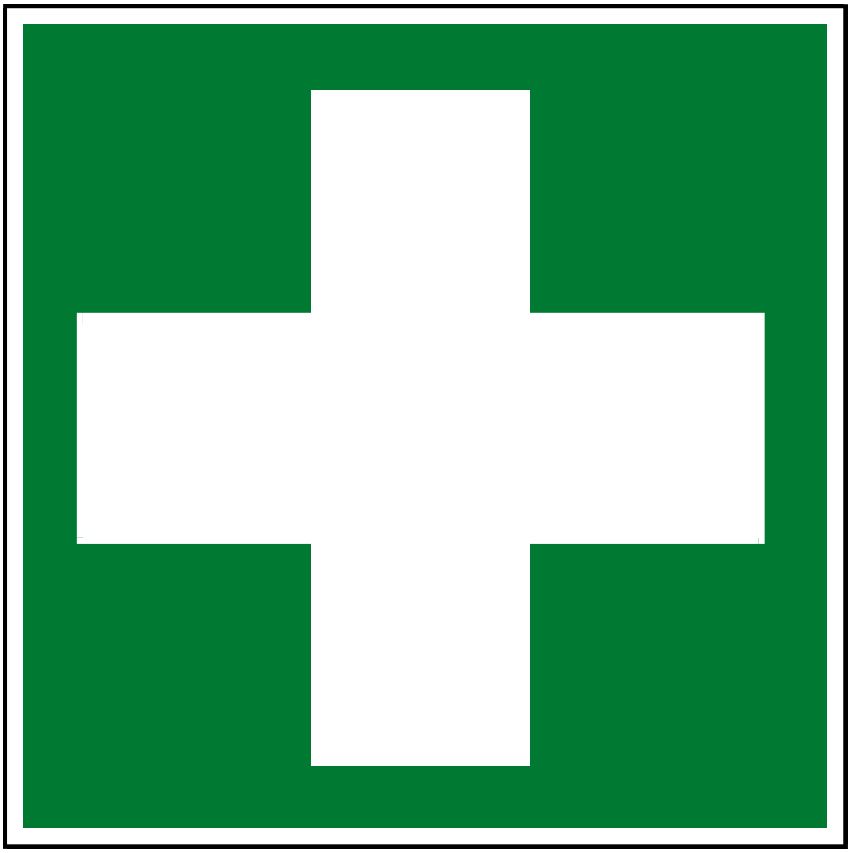
Erste Hilfe



Eine Information der DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
für Rettungsschwimmer

von Dr. Marc Hasenjäger

6. Auflage von 06/2017

Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft
Ortsgruppe Burscheid e.V.

Impressum:

© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.,
Burscheid – 1994, 1995, 2002, 2007, 2011, 6. Auflage von 06/2017

Titelbild: EH03 – Rettungszeichen für Erste Hilfe
Quelle: Symboldatenbank der Berufsgenossenschaft Nahrungsmittel und Gaststätten
http://praevention.portal.bgn.de/webcom/show_page.php/_c-559/_nr-1/_lkm-6610/i.html

Fotos: Dr. Marc Hasenjäger

Diese Ausbildungsunterlage darf nur im engen Rahmen der Zulässigkeit nach dem Urheberrechtsgesetz der Bundesrepublik Deutschland verwendet werden. Insbesondere sei auf die Einhaltung der Vorschriften bezüglich des Zitierens und das Verbot der gewerblichen Herstellung von Kopien hingewiesen. Weiter gehende Nutzung nur mit Genehmigung des Autors!

Nach aktuellem Wissensstand erstellt. Es sind die seit 2015 gültigen Guidelines for Resuscitation des „European Resuscitation Council“ (ERC) berücksichtigt worden.

Kontakt:
Marc.Hasenjaeger@burscheid.dlrg.de
Die DLRG-Ortsgruppe Burscheid e.V. im Internet: https://burscheid.dlrg.de

© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
6. Auflage von 06/2017

Inhaltsverzeichnis

Seite

1. Einleitung **4**

2. Rettungskette **4**

3. Notruf und Meldung **4**

4. Verhalten bei Auffinden einer leblosen Person **4**

5. Ausgewählte spezielle Erste Hilfe-Maßnahmen **6**
5.1 Wundversorgung 6
5.2 Amputationsverletzungen 6
5.3 Erkrankungen im Brustraum 6
5.4 Erkrankungen im Bauchraum 7
5.5 Knochenbrüche und Gelenkverletzungen 7
5.6 Verbrennungen 7
5.7 Unterkühlungen und Erfrierungen 8
5.8 Vergiftungen 8
5.9 Verätzungen 8
5.10 Schlaganfall 9

6. Literaturhinweise **9**

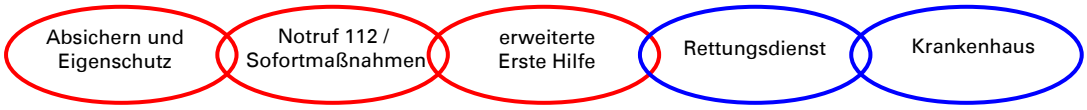
© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
6. Auflage von 06/2017

1. Einleitung

Nachfolgend die grundlegendsten Inhalte der Ersten Hilfe vorgestellt. Das Skript stellt nur eine Übersicht dar; um in jeder Situation ausreichend in der Lage zu sein, Erste Hilfe leisten zu können, müssen diese Kenntnisse erweitert, vertieft und möglichst jährlich wiederholt werden. Es ist dringend zu empfehlen, regelmäßig an einem Erste Hilfe-Kurs teilzunehmen!

2. Rettungskette

Die **Rettungskette** beschreibt den gesamten Hilfeleistungsprozess für Notfallpatienten.



Rettungskette

3. Notruf und Meldung

Eine wichtige Maßnahme des Ersthelfers stellt das richtige Absetzen eines Notrufes dar. Um den Disponenten in der Rettungsleitstelle möglichst genaue Informationen zu einem Notfall übermitteln zu können, sollte eine Notfallmeldung Antworten auf die nachfolgenden Fragen liefern.

- Wo ist es passiert? (Ort, Straße, Hausnummer, Etage, km-Stein, Fahrtrichtung ...)
- Was ist passiert? (Verkehrsunfall, Feuer, Verletzte eingeklemmt?, Gefahrguttransport ...)

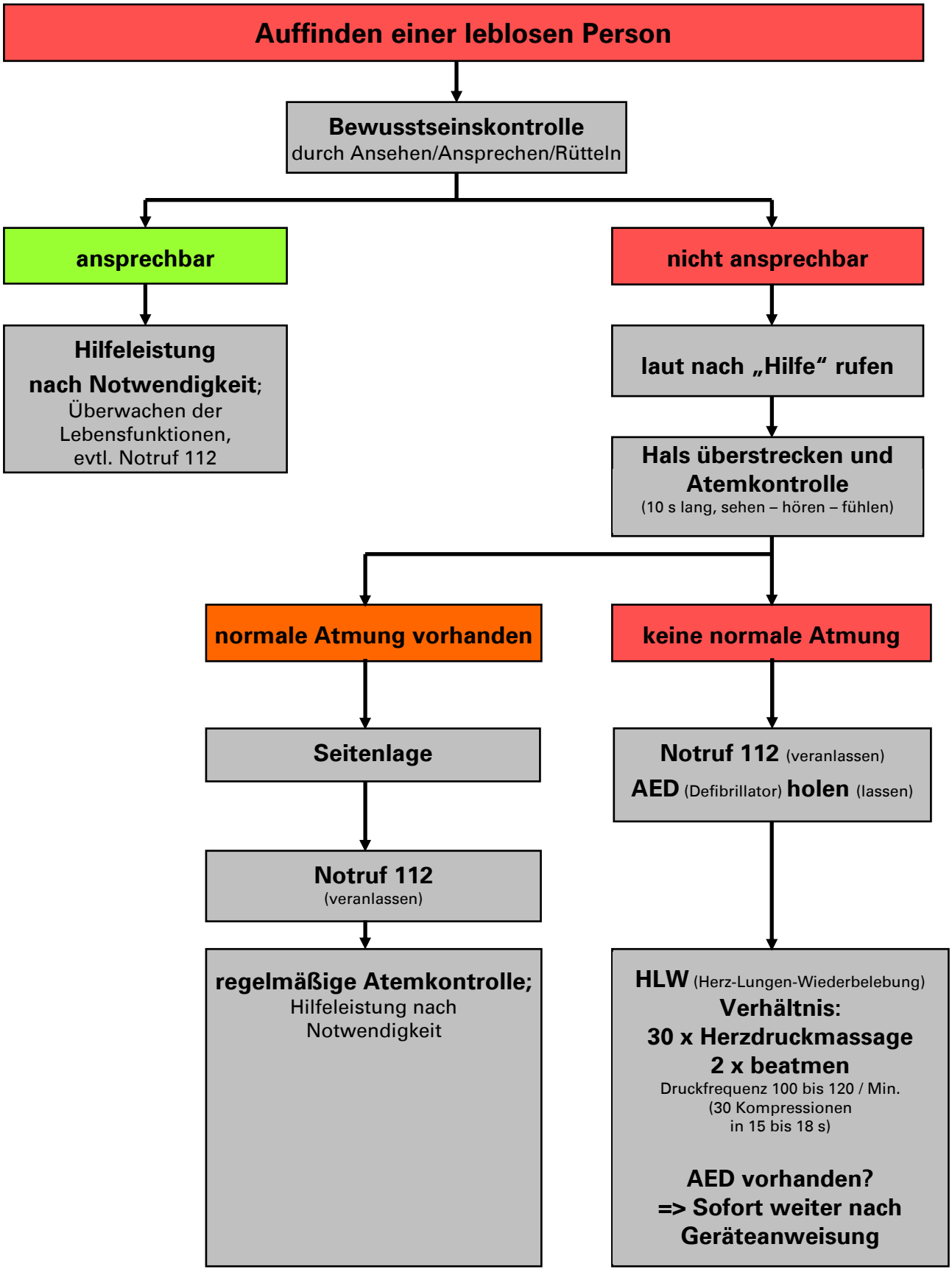
- Warten auf Rückfragen!

Das **Warten auf Rückfragen ist von besonderer Bedeutung**, damit die Disponenten bei Unklarheiten nochmals nachfragen können oder dem Ersthelfer Tipps für Maßnahmen in Erster Hilfe oder richtiges Verhalten am Notfallort geben können.

4. Verhalten beim Auffinden einer leblosen Person

Jeder medizinische Notfall bedroht Gesundheit und Leben der betroffenen Person. Daher muss sofort Hilfe geleistet werden, weil lebenswichtige Körperfunktionen wie Bewusstsein, Atmung und Kreislauf gestört sein können.
Das Ablaufschema zeigt das Verhalten des Ersthelfers bei Notfällen mit leblosen Personen im Überblick. Die vorgegebene Reihenfolge ermöglicht eine schnelle und gute Hilfe für die in Not geratene Person. Als Ersthelfer sollte man sich dieses Schema daher gut einprägen.

© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
6. Auflage von 06/2017



Ablaufschema für das Auffinden einer leblosen Person

© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
6. Auflage von 06/2017

5. Ausgewählte spezielle Erste Hilfe-Maßnahmen

5.1 Wundversorgung

Wunden stellen Verletzungen der Haut dar. Bei allen Wunden drohen folgende Gefahren: Blutung, Infektion und Schmerz. Beim Umgang mit Wunden ist folgendes zu beachten:

Wunden sollten **grundsätzlich nicht**
- **berührt werden**
- **ausgewaschen werden**
- **mit Puder, Salben, Desinfektionsmitteln etc. behandelt werden**!

Ausnahmen: Tierbisse, Verätzungen, Kontakt mit Fremdblut

Wunden werden mit Verbänden versorgt, um Blutungen und Infektionsgefahren zu minimieren. Wunden, die nicht stark bluten werden – je nach Größe – mit einem Wundschnellverband (Pflaster) oder mit einer Mullkompresse bedeckt.

Stark blutende Wunden werden mit einem **Druckverband gestillt**. Bei stark blutenden Wunden ist der Notruf (112) abzusetzen.

5.2 Amputationsverletzungen

Amputationsverletzungen sind Verletzungen, bei denen menschliche Gliedmaßen (z.B. Finger) durch Gewalteinwirkung vom Körper abgetrennt werden. Solche Verletzungen werden wie nachfolgend dargestellt versorgt.

Maßnahmen:
- Blutung stillen und Verletztenbetreuung
- ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- Notruf 112
- Amputat suchen und versorgen:
  Der abgetrennte Körperteil muss in steriles, trockenes Verbandmaterial eingewickelt werden und danach in einen **wasserdichten** Plastikbeutel gepackt werden. Dieser wird dann in einen zweiten Plastikbeutel, der mit Wasser und Eiswürfeln gefüllt ist, gegeben. Beide Beutel werden dann wasserdicht verschlossen und dem Rettungsdienst übergeben. Wichtig ist, dass das Wasser und das Eis nicht mit dem Amputat in Berührung kommen dürfen!

5.3 Erkrankungen im Brustraum

Bei Erkrankungen im Brustraum besteht eine Gefahr für die lebensnotwendigen Funktionen des Körpers, meist durch eine Atemstörung.

Maßnahmen:
- atemerleichternde Sitzhaltung

- ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- Notruf 112
- nicht Rauchen, Essen, Trinken
- bei offenen Brustkorbverletzungen zusätzlich Wunde steril (nicht Luftdicht!) bedecken

© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
6. Auflage von 06/2017

Die Maßnahmen, die bei einem Verdacht auf einen Herzinfarkt durchgeführt werden sollten, werden in einem gesonderten Skript erläutert.

5.4 Erkrankungen im Bauchraum

Erkrankungen und Verletzungen können an den vielen Organen im Bauchraum auftreten (z.B. Blinddarm, Galle). Häufig werden diese von starken Schmerzen und einer Verkrampfung der Bauchmuskeln („brettharter Bauch“) begleitet.

Maßnahmen:
- Lagerung zur Entspannung der Bauchdecke (Rückenlage mit Knierolle und Fußabstützung)
- ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- Notruf 112
- nicht Essen, Trinken, Rauchen
- bei offenen Bauchverletzungen zusätzlich Wunde steril und druckfrei bedecken

Die Maßnahmen, die bei einem Verdacht auf einen Herzinfarkt durchgeführt werden sollten, werden in einem gesonderten Skript erläutert.

5.5 Knochenbrüche und Gelenkverletzungen

Man unterscheidet zwischen einem offenen und geschlossenen Knochenbruch sowie Gelenkverletzungen.

Maßnahmen:
- geeignete Ruhigstellung (vorgefundene Stellung nicht verändern!)
- bei offenen Knochenbrüchen ist die Wunde unbedingt mit einer sterilen Wundauflage zu bedecken (Infektionsgefahr sehr hoch!)
- an mögliche Schockgefahr bei innerer Gefäßverletzung denken!
- ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- Notruf 112
- bei Verrenkungen keine Einrenkversuche!

5.6 Verbrennungen

Verbrennungen sind Schädigungen der Haut durch hohe Temperaturen. Neben dem Auftreten von Schmerzen ist vor allem der Flüssigkeitsverlust für die betroffene Person kurzfristig problematisch. Folgendes Vorgehen ist bei einer Verbrennung zu empfehlen:

Maßnahmen:
- ggf. Brand löschen, festgebrannte Kleidung nie entfernen!
- bei Verbrühungen Kleidung entfernen
- keimarme Bedeckung der Wunde
- **Achtung**: größere Verbrennungen sind lebensgefährlich, es besteht Schockgefahr! => Notruf 112
- ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- Wärmeerhaltung!

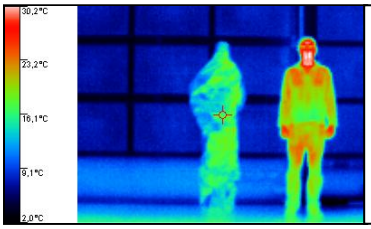
Hinweis:
Bei Verbrennungen wird grundsätzlich nicht mehr gekühlt, da insbesondere bei großflächigeren Verbrennungen und bei kleinen Kindern eine erhebliche Unterkühlungsgefahr besteht. Lediglich kleine Verbrennungen („ein Finger“) können sofort mit Wasser gekühlt werden (maximal 2 Minuten lang).

© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
6. Auflage von 06/2017

5.7 Unterkühlungen und Erfrierungen

Unterkühlung betrifft den ganzen Körper und ist daher in der Regel gefährlicher als die Erfrierung, die nur kleine Teilbereiche des Körpers betrifft.

Maßnahmen:
- Person in einen Raum mit Zimmertemperatur bringen
- Wärmeerhaltung



Wirkung der Rettungsdecke:

Die Aufnahme mit der Wärmebildkamera zeigt rechts eine Person mit Straßenkleidung und links eine Person, die in eine Rettungsdecke eingewickelt ist. Die isolierende Wirkung der Rettungsdecke ist deutlich erkennbar.

- Notruf 112
- ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- nasse Kleidung entfernen
- Person ruhig liegen lassen, nicht bewegen
- wenn der Betroffene bei **vollem Bewusstsein** ist:
  warme, gezuckerte Getränke trinken lassen (keinen Alkohol!)

5.8 Vergiftungen

Bei Vergiftungen handelt es sich um eine Schädigung des Körpers durch gesundheitsschädliche Substanzen.

Maßnahmen:
- Selbstschutz beachten!
- ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- Notruf 112
- Betreuung
- Sicherstellung von Erbrochenem
- **Achtung: keine Mund-zu-Mund/Mund-zu-Nase -Beatmung bei Kontaktgiften! Hilfsmittel einsetzen!**

Hinweis:
Kein Erbrechen auslösen!

5.9 Verätzungen

Werden Haut oder Schleimhäute durch Säuren und Laugen verletzt, spricht man von Verätzungen. Die Säuren und Laugen schädigen das Gewebe und die Zellen.

Maßnahmen:
- Verdünnung der Säure / Lauge **mit Wasser**
  (Wasser in kleinen Schlücken zu trinken geben, betroffenen Bereich mit viel [lauwarmem] Wasser spülen [Selbstschutz beachten!], **kein Erbrechen auslösen**!)
- Notruf 112
- ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- Wunde keimarm bedecken

© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
6. Auflage von 06/2017

5.10 Schlaganfall

Der Schlaganfall stellt ein akutes Krankheitsbild dar, das durch Lähmung einer Körperseite, Sprachstörungen und Bewusstseinsstörungen gekennzeichnet ist. Ursache hierfür ist eine Sauerstoff-Unterversorgung von Gehirnteilen aufgrund eines Gefäßverschlusses (analog zum Herzinfarkt) oder durch Platzen eines Gefäßes im Gehirn.

Maßnahmen: - ständige Kontrolle der Lebensfunktionen (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf)
- Notruf 112
- flach lagern

Wichtig sind ein frühzeitiges Erkennen und eine schnelle Alarmierung des Rettungsdienstes („time is brain“).

Hinweis:
Die Bereiche Lagerungsarten, Herzinfarkt, Schock, Herz-Lungen-Wiederbelebung, Hitzeschäden und Ertrinken werden jeweils in gesonderten Skripten behandelt!

6. Literaturhinweise

Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft: Ausbildungsvorschrift Erste Hilfe (9 LE), Stand: Dezember 2015, Bad Nenndorf, 2. Auflage 2015

Hasenjäger, M. / DLRG OG Burscheid e.V.: Ertrinkungsnotfall, Burscheid, 7. Auflage 09/2015

Hasenjäger, M. / DLRG OG Burscheid e.V.: Herzinfarkt, Burscheid, 2. Auflage 02/2002

Hasenjäger, M. / DLRG OG Burscheid e.V.: Herz-Lungen-Wiederbelebung, Burscheid, 7. Auflage 06/2017

Hasenjäger, M. / DLRG OG Burscheid e.V.: Hitzeschäden, Burscheid, 3. Auflage 11/2002

Hasenjäger, M. / DLRG OG Burscheid e.V.: Lagerungsarten, Burscheid, 03/1993

Hasenjäger, M. / DLRG OG Burscheid e.V.: Schock, Burscheid, 4. Auflage 06/2017

Hasenjäger, M. / DLRG OG Burscheid e.V.: Wiederbelebung von Säuglingen und Kindern, Burscheid, 5. Auflage 06/2017

© Hasenjäger, Marc / DLRG Ortsgruppe Burscheid e.V.
6. Auflage von 06/2017