

Erste Hilfe Maßnahmen im Notfall



Machen Sie sich fit für den Notfall!

Jemand kippt vor Ihnen um oder Sie geraten in einem Unfall!

Können Sie helfen? Ein Kurs in Erste Hilfe macht Sie sicherer...

Werden Sie aktiv!



Erste Hilfe Maßnahmen in Notfall

Das Wichtigste bei einem Notfall ist es, aus der Menschenmenge herauszutreten und zu helfen. In manchen Fällen reicht es schon aus, eine bewußtlose Person in einer stabilen Seitenlage zu bringen, um diese vor dem Erstickten zu bewahren.

Haben Sie keine Angst davor, etwas falsch zu machen, denn es ist schlimmer, wenn Sie überhaupt nicht handeln.

"Schaden anrichten können Sie vor allem, wenn Sie nicht helfen."

In regelmäßigen Zyklus (2 Jahre) sollten Sie Ihr Wissen im Erste-Hilfe-Kurs auffrischen. In der Regel muss für ein Kurs, z.B. beim Roten Kreuz, Malteser Hilfsdienst, Deutsche Lebensrettungsgesellschaft oder Johanniter Unfallhilfe, über zwei Samstage rund 30,- Euro investiert werden.

Erste-Hilfe bei kleineren Notfällen:

- **Kleinere Schnittverletzungen**
Wunde ausbluten lassen und die Ränder mit einem Antiseptikum (z.B. Polyvidonjod, Octenidindihydrochlorid) desinfizieren. Dann die Wundränder aneinanderrücken und quer zur Schnittichtung ein Pflaster darüberkleben. Bei Schnitten, die länger als ein Zentimeter sind, zum Arzt gehen.
- **Schürfwunden**
Wunde vorsichtig mit desinfizierendem Mittel abtupfen. Nicht mit Wasser reinigen und auch keine Puder oder Salben auftragen. Wenn möglich die Wunde an der Luft trocknen lassen, bis sich Schorf gebildet hat. Wenn die Gefahr besteht, daß die Wunde verschmutzt, mit steriler Wundaufgabe abdecken und mit Mullbinden befestigen.
Achtung: Watte, Zellstoff oder Mullbinden eignen sich nicht als direkte Wundaufgabe. Sie beeinträchtigen die Wundheilung, weil sie fusseln oder mit der Wunde verkleben können.
- **Verbrennung/Verbrühung**
Kleinere Brandwunden sofort und so lange unter handwarmem Wasser kühlen, bis der Schmerz

nachläßt. Größere Verbrennungen locker mit einer sterilen Brandwundauflage abdecken und möglichst schnell einen Arzt aufsuchen. Bei Verbrühungen die nasse Kleidung sofort entfernen. Kleidung, die in der Wunde klebt, darf nur der Arzt entfernen. Brandblasen nicht aufstechen. Zur Nachbehandlung eignet sich Brandgel (nicht auf die frische Verbrennung).

- **Prellung und Bluterguß**

Die betroffene Stelle ruhig halten, möglichst hochlagern und kühlen, am besten mit einer Kühlkomresse, die mit einer elastischen Binde fixiert wird. Mit Salben oder Cremes, die entzündungshemmende Stoffe wie Ibuprofen, Felbinac, Diclofenac, Piroxicam oder Mucopolysaccharidpolysulfat enthalten, können Sie die Heilung fördern.