

ERSTE HILFE

Schulungsunterlagen bereitgestellt von www.erste-hilfe-ausbildungen.at

Grundlagen der Ersten Hilfe



Erste Hilfe ist nicht nur eine moralische Verpflichtung, sondern gesetzlich vorgeschrieben
→ zB. StGB §94 & §95, StVO §4

NICHT ZUMUTBAR, WENN:

Gefahr für Leib und Leben des Ersthelfers droht
→ Entbindet nicht von der Pflicht Hilfe anzufordern

Bei Blackout bzw. wenn man niemanden (zB. Rettung, Polizei, etc.) anrufen kann:

- Laut nach Hilfe rufen
- Zur Polizei laufen
- Hilfe anfordern

Ziel der Ersten Hilfe



- Abwenden unmittelbarer Gefahren für die Gesundheit und das Leben der betroffenen Person(en)
- Verhinderung der Verschlechterung des Gesundheitszustandes

Fragen Sie sich:
„Gibt es Gefahren, kann ich die Gefahr abwenden?“

- Sie können die Gefahr **nicht** abwenden:
Holen Sie Hilfe.
- Sie können die Gefahr abwenden:
Beseitigen Sie die Gefahr und leisten Sie danach Hilfe.
- Es besteht keine Gefahr:
Leisten Sie gleich Hilfe.

Aufgaben der Ersthelfer*innen



- Überblick verschaffen
- Gefahren erkennen und absichern
- Ruhe bewahren, Ruhe vermitteln
- Lebensrettende Sofortmaßnahmen durchführen
- Weitere Erste Hilfe leisten

ERSTE HILFE

Was sollten wir nicht?



- Diagnosen stellen
- Medikamente verabreichen
- Essen / Trinken / Zigaretten oder Drogen verabreichen
- Dramatisieren / Bagatellisieren
- Den Tod feststellen

Allgemeine Grundlagen



- Selbstschutz
- Selbstverantwortung
- Der einzige Fehler ist nichts zu tun
- Es gibt Grenzen
- Hilflosigkeit darf sein / gehört dazu
- Schauen - denken - handeln

Bei einem Blackout ist der **Selbstschutz** besonders wichtig, da viele Vorrichtungen nicht funktionieren werden, etwas abstürzen kann, es brennt, uvm.

Einschätzung des Patientenzustandes



- Gerüche? **Verdächtige Gerüche** wie zB. Gas / Rauch / etc.
- Verdächtige Geräusche? zB. Zischen ist ein Hinweis auf Gas
Wenn Gefahren ausgeschlossen werden können, gehe zur Person
- Körperposition? zB. liegend / stehend / gehend / etc.
- Reaktion? **Ist sie angemessen, der Situation angepasst-** zB. panisch
- Gesichtsfarbe? zB. rosig / blass / etc.
- Wunden, sichtbare Verletzungen?
- Allgemeinzustand?
- Was ist geschehen?

ERSTE HILFE

Beurteilung Bewusstseinslage



Wach:

- Die betroffene Person reagiert selbstständig, ist voll orientiert

Beurteilung Bewusstseinslage



Ansprechbar:

- Eine Reaktion erfolgt erst nach einer Kontaktaufnahme, möglicherweise verzögert
- Häufig sind diese betroffenen Personen auch desorientiert

Beurteilung Bewusstseinslage



Bewusstlos:

- Keine Reaktion auf äußere Reize, es ist aber funktionierende Eigenatmung vorhanden

ERSTE HILFE

Beurteilung Atemwege



Frei:

- Keinerlei Verlegungen oder Behinderungen
- Betroffene Person spricht in ganzen, ununterbrochenen Sätzen
- Keine abnormalen Atemgeräusche

Beurteilung Atemwege



Gefährdet:

- Alle bewusstlosen Personen
- Zurückfallen der Zunge oder das Einatmen von Blut / Erbrochenem kann jederzeit zu Komplikationen führen

→ Unverzüglich stabile Seitenlage!

Beurteilung Atemwege



Verlegt:

- Zurückfallen der Zunge oder durch Fremdkörper

→ Atemwege schnellstens frei machen!

Entfernen von Fremdkörpern,
Anheben des Kinns &
Kopf überstrecken

ERSTE HILFE

Beurteilung Atemfunktion



- Abweichende Atemfrequenz
- Optischer Eindruck
- Typische Schonhaltung
- Äußerungen des Patienten

Lebensrettende Sofortmaßnahmen



- Absichern der Notfallstelle
- Retten der betroffenen Person(en)

- Stabile Seitenlage
- Wiederbelebung

- Blutstillung

18

Psychische Betreuung



- Kontaktaufnahme auf Augenhöhe
- Zuhören
- Beruhigen der betroffenen Person(en)
- Vorsichtiger, der Situation angepasster Körperkontakt
- Keine Vorwürfe machen

ERSTE HILFE

Bewusstseinsstörungen - Maßnahmen



- Bei der betroffenen Person bleiben
- Auf Veränderungen des Zustandes achten
- Auf jede Veränderung unverzüglich reagieren

Bewusstlosigkeit



- keine Reaktion auf Ansprechen, berühren oder Klatschen
- normale, spontane **Eigenatmung vorhanden**

Bewusstlosigkeit - Gefahren



- Verlegen der Zunge
- Keine Schutzreflexe (können nicht würgen, schlucken, spucken)

ERSTE HILFE

Atemstörungen - Anzeichen



- Auffällige Atemgeräusche
- Flache, sehr schnelle oder langsame Atmung
- Unregelmäßige Atmung
- Ungewöhnliche Brustkorbbewegungen
- Blaufärbung der Haut zB. Lippen, Nagelbett

Atemstörungen - Maßnahmen



- Frischluftzufuhr
- Beengende Kleidungsstücke öffnen
- Atemerleichternde Positionierung
- Psychische Betreuung

33

Ablauf Wiederbelebung



- Auf eine harte, nicht federnde Unterlage bringen
- Oberkörper freimachen
- Druckpunkt ist Mitte Brustkorb am Brustbein
- Druckgeschwindigkeit 100 -120 / Minute
- 30 Herzdruckmassagen : 2 Beatmungsversuche
- Brustkorb entlasten
(damit sich Herz wieder füllen kann)

ERSTE HILFE

Ablauf Wiederbelebung



- 2 Beatmungsversuche
- Kopf überstrecken
- Nase der betroffenen Person verschließen
- Mund der betroffenen Person komplett umschließen
- Brustkorb beachten

Starke innere Blutungen - Maßnahmen



- Vermeidung unnötiger Bewegungen
- Hinlegen lassen
- Überwachung der Lebensfunktionen
- Wärmeerhalt
- Psychische Betreuung

Wunden



- Bei jeder Wunde besteht Infektionsgefahr

Art und Ausmaß einer Wunde ist nicht allein entscheidend!

ERSTE HILFE

Kleinere / leichte Wunden - Maßnahmen



- **KEINE** Wunddesinfektion durchführen
- Mit klarem Wasser spülen
- Wunde keimarm abdecken (zB. mit Pflaster oder Wundauflage)
- Tetanusschutz?

Verbrennung/Verbrühung - Maßnahmen



Selbstschutz beachten!

Kühlen

- Hitzeinwirkung stoppen (z.B. Kleiderbrände löschen)
- Zügig und vorsichtig lose (nicht mitverbrannte) Kleidung vollständig entfernen
- Sofort für max. 20 Minuten mit kühlem oder kaltem (nicht eisigem) Wasser die betroffene Körperregion kühlen
- Bei Zittern sofort Kühlung einstellen!

Verbrennung/Verbrühung - Maßnahmen



Abdecken

- Mit lockerem, trockenem, keimarmen Verbandtuch oder Wundauflage
- Frischhaltefolie (nicht einwickeln, nur abdecken)