

# Erste Hilfe Rettungskette

---

## Sofortmaßnahmen (Laienhilfe)

- Auffinden einer hilflosen Person
- Absichern der Unfallstelle
- Eigenschutz beachten!
- Retten aus der Gefahrenzone
- Blutstillung
- Prüfen und sichern der Vitalfunktionen (Bewusstlosigkeit Atemstillstand und Herz-Kreislauf-Stillstand prüfen und behandeln)
- Schockbekämpfung
- Herstellung der stabilen Seitenlage oder einer anderen Lagerung

# Erste Hilfe Rettungskette

## Notruf (Laienhilfe)

Möglichst bald die 112 oder 19222

(Wer), Wo, Was, Wie viele, Welche Verletzungen, Warten auf Rückfragen

- beruhigender Zuspruch
- bequeme und sachgerechte Lagerung
- Ruhigstellung von Knochenbrüchen
- Anlegen von Verbänden

## Weiterführende Erste Hilfe (Laienhilfe)

Im Gegensatz zu den Sofortmaßnahmen versteht man unter Erster Hilfe in diesem Zusammenhang alle Maßnahmen, die zwar nicht unbedingt lebensrettend sind, aber weitere Schäden, Schmerzen und Komplikationen verhindern können.

danach professionelle Hilfe:

➔ Rettungsdienst/Notarzt ➔ Krankenhaus

# Erste Hilfe

---

- Starke Blutungen
  - lebensbedrohlich ab 1 Liter Blutverlust (Erwachsene)
  - Hochhalten, Aufpressen, Druckverband
- Hitzeschäden – Hitzschlag,
  - Sonnenstich, Hitzeerschöpfung
- Schock
  - = lebensbedrohliche Kreislaufstörung
  - Missverhältnis zwischen zirkulierendem und benötigtem Blutvolumen

# Hitzeschäden

	<b>Hitzeerschöpfung:</b>	<b>Hitzschlag:</b>	<b>Sonnenstich:</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kreislaufschwäche</li> <li>• Gefäßweitstellung</li> <li>• Volumenmangelschock durch Schwitzen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wärmestau</li> <li>• ggf. Hirnschwellung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hirnhautreizung</li> </ul>
<b>Vorkommen</b>	alle Tätigkeiten mit starker Schweißabsonderung ohne Flüssigkeits- und Salzausgleich	in Umgebungen mit hohen Temperaturen	Durch starke Sonnenstrahlung auf ungeschützten Kopf (oft mit Hitzschlag zusammen)
<b>Erkennen</b>	blasse Haut, kalter Schweiß, schneller schwacher Puls, frösteln, Verwirrung, ggf. Erbrechen und Bewusstlosigkeit	roter Kopf (später blass wegen Schock), schneller starker Puls, hohe Temperatur, heiße trockene Haut, Verwirrung, ggf. Bewusstlosigkeit	steifer Nacken, Kopfschmerzen, heißer Kopf (Körper normal), Schwindel,, ggf. Erbrechen und Bewusstlosigkeit
<b>Erste Hilfe</b>	schattig lagern, ggf. Schockmaßnahmen, Wasser reichen, Notruf!, Kontrolle Vitalfunktionen	schattig lagern, Oberkörper und Kopf erhöht, entkleiden, Kühlung mit feuchten Tüchern, ggf. stabile Seitenlage, Notruf!, Kontrolle Vitalfunktionen	Schattig lagern, flach mit leicht erhöhtem Kopf, ggf. stabile Seitenlage, Notruf!, Kontrolle Vitalfunktionen

# Erste Hilfe Schock

## Erkennen

- schneller und schwächer werdender, schließlich kaum noch tastbarer Puls
- fahle Blässe
- kalte Haut
- Frieren
- Schweiß auf der Stirn
- Teilnahmslosigkeit
- flache Atmung

## Maßnahmen

- ständige Betreuung
- ggf. Blutstillung
- Wärmeerhaltung
- Schocklage (außer kardiogener/neurogener Schock)
- für Ruhe sorgen
- wiederholte Kontrolle von Bewusstsein, Atmung, Puls
- Notruf