



# Leseprobe

Franz Keggenhoff

## Erste Hilfe - Das offizielle Handbuch

Sofortmaßnahmen bei Babys, Kindern und Erwachsenen - Mit den internationalen Erste-Hilfe-Richtlinien - Überarbeitete und aktualisierte Neuauflage

---

Bestellen Sie mit einem Klick für 15,00 €



---

Seiten: 240

Erscheinungstermin: 26. Juli 2021

Mehr Informationen zum Buch gibt es auf

[www.penguinrandomhouse.de](http://www.penguinrandomhouse.de)

# INHALT

<b>RICHTIGES VERHALTEN BEI UNFÄLLEN UND NOTFÄLLEN</b>	<b>7</b>
DIE VERPFLICHTUNG ZUM HELFEN	8
VERHALTEN BEI VERKEHRSUNFÄLLEN	12
ERSTMASSNAHMEN BEI ANSPRECHBAREN VERLETZTEN/KRANKEN	16
NOTRUF/ALARMIERUNG DES RETTUNGSDIENSTES	21
<b>RICHTIGES VERHALTEN BEI UNFÄLLEN UND NOTFÄLLEN MIT KINDERN</b>	<b>26</b>
KINDERUNFÄLLEN VORBEUGEN	32
<b>LEBENSRETTENDE SOFORTMASSNAHMEN</b>	<b>39</b>
STÖRUNGEN DES BEWUSSTSEINS	40
STÖRUNGEN VON ATMUNG UND KREISLAUF	47
LEBENSRETTENDE WIEDERBELEBUNGSMASSNAHMEN BEI KINDERN UND SÄUGLINGEN	54
GEFAHREN DURCH ERSTICKEN	59
<b>BEDROHLICHE BLUTUNGEN UND AMPUTATIONSVERLETZUNGEN</b>	<b>65</b>
BLUTUNGEN	66
AMPUTATIONSVERLETZUNGEN	69
<b>KOPF-, BAUCH- UND BRUSTKORBVERLETZUNGEN</b>	<b>71</b>
KOPFVERLETZUNGEN	72
BAUCHVERLETZUNGEN	76
BRUSTKORBVERLETZUNGEN	77
<b>VERLETZUNGEN UND WUNDVERSORGUNG</b>	<b>79</b>
GRUNDSÄTZE DER WUNDVERSORGUNG	80
VERBANDARTEN UND VERBANDTECHNIKEN	81
FREMDKÖRPER IN WUNDEN UND IN KÖRPERÖFFNUNGEN	88

BESONDERE VERLETZUNGEN UND BLUTUNGEN	91
WUNDINFEKTIONEN UND TIERBISSSE	93
<b>SPORTVERLETZUNGEN UND KNOCHENBRÜCHE</b>	99
TYPISCHE SPORTVERLETZUNGEN	100
KNOCHENBRÜCHE	104
<b>THERMISCHE SCHÄDIGUNGEN</b>	113
SCHÄDIGUNGEN DURCH HITZE	114
SCHÄDIGUNGEN DURCH KÄLTE	117
VERBRENNUNGEN/VERBRÜHUNGEN	120
<b>ELEKTROUNFÄLLE</b>	125
GEFAHREN DURCH STROM	126
<b>VERGIFTUNGEN UND VERÄTZUNGEN</b>	131
VERGIFTUNGEN	132
VERGIFTUNGEN DURCH GASE	137
VERÄTZUNGEN	139
GEFAHREN DURCH HAUSHALTSCHMIKALIEN UND ARZNEIMITTEL	141
FÜR KINDER GIFTIGE PFLANZEN	147
<b>AKUTE ERKRANKUNGEN</b>	167
HERZERKRANKUNGEN	168
SCHLAGANFALL	172
GEFÄSSVERSCHLÜSSE	173
ASTHMA BRONCHIALE	174
DIABETES MELLITUS	176
AKUTE ERKRANKUNGEN DER BAUCHORGANE	177

<b>INFEKTIONEN UND KRANKHEITEN</b>	179
ALLGEMEINES ZU INFEKTIONEN UND KINDERKRANKHEITEN	180
IMMUNISIERUNG	182
DER VERLAUF VON INFEKTIONEN	186
KLASSISCHE KINDERKRANKHEITEN	193
HINWEISE ZUR HYGIENE	201
BESONDERE INFEKTIONSKRANKHEITEN UND NOTFÄLLE	203
ALLGEMEINE INFOS ZU IMPFUNGEN	204
<b>SCHUTZ AUF REISEN</b>	207
NERVÖSE MAGEN-DARM-VERSTIMMUNG/REISEDIARRHÖ	208
TYPISCHE INFEKTIONSKRANKHEITEN UND HEPATITIS	209
<b>ANHANG – INFOS ZUM SCHLUSS</b>	213
NOTRUF BEI VERGIFTUNGEN	214
VERBANDKÄSTEN UND HAUSAPOTHEKE	216
BLUT- UND ORGANSPENDE	220
GLOSSAR MEDIZINISCHER BEGRIFFE	225
REGISTER	231
IMPRESSUM	236

## **ALLGEMEINE INFORMATIONEN ZUR ERSTE-HILFE-AUSBILDUNG UND ZU DIESEM BUCH**

Grundsätzlich ist es die Pflicht jedes Menschen, die gängigen Erste-Hilfe-Maßnahmen zu kennen, um bei einem Unfall oder Notfall unmittelbar helfen zu können. Für sehr viele Personengruppen ist ein Erste-Hilfe-Kurs gesetzlich oder durch andere Vorschriften zwingend vorgeschrieben. Hierzu gehören z. B. Führerscheinbewerber, Feuerwehrleute, Ersthelfer in Betrieben, Betreuerinnen und Betreuer von Sport- und Freizeitgruppen (z. B. DSB, DFB, DLRG usw.) außerdem bestimmte Berufsgruppen, wie Erzieherinnen und Erzieher in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder. Für Berufsgruppen z. B. in medizinischen Bereichen ist eine Erste-Hilfe-Ausbildung im Rahmen der Ausbildung vorgeschrieben. Dies betrifft z. B. Sanitäter, Betriebsanitäter und Personal im Rettungsdienst sowie in Gesundheits- und Pflegeberufen.

Bedingt durch die vor einiger Zeit vorgenommene Verkürzung des Erste-Hilfe-Kurses auf einen Tag, können nicht mehr alle von Ersthelfern durchführbaren Erste-Hilfe-Maßnahmen in den Kursen selbst vermittelt werden. Die zertifizierten Hilfsorganisationen und die ebenfalls zertifizierten privaten Ausbildungsstellen vermitteln in ihren Kursen die grundsätzlich wichtigen Maßnahmen und Fertigkeiten. Das vorliegende Handbuch zur Ersten Hilfe beschreibt die allgemein gültigen – auch über die Inhalte eines Erste-Hilfe-Kurses hinausgehenden – Erste-Hilfe-Maßnahmen im deutschsprachigen Raum. Es ist daher für jeden, der umfassend über die Erste Hilfe informiert sein muss, das unverzichtbare Nachschlagewerk. Dies gilt im Besonderen für alle Ausbildungskräfte, die selbst Erste-Hilfe-Kurse durchführen.

Die Inhalte dieses Buches entsprechen den Vorgaben der „BAGEH“ (Bundesarbeitsgemeinschaft der Ausbildenden Organisationen). Die jeweils aktuellen Empfehlungen des European Resuscitation Council

(ERC) und des German Resuscitation Council wurden berücksichtigt. Die Inhalte entsprechen außerdem den Vorgaben und Schriften der Deutschen Gesetzlichen Unfallversicherung (DGUV) »Handbuch zur Ersten Hilfe« DGUV-Information 204-007 und der DGUV-Information 204-008 »Handbuch zur Ersten Hilfe in Bildungs- und Betreuungseinrichtungen für Kinder«.

Das Buch hilft Ihnen dabei, die notwendigen Erste-Hilfe-Kenntnisse zu erwerben und nach dem Besuch eines Erste-Hilfe-Kurses zu festigen und immer wieder aufzufrischen.

Dieses Buch wurde mit größter Sorgfalt zusammengestellt. Dennoch erfolgen alle Angaben ohne Gewähr. Weder Urheber/Autor noch der Herausgeber/Verlag haften für Nachteile oder Schäden, die sich aus dem Inhalt des Buches ergeben könnten.

Das Erste-Hilfe-Handbuch gliedert sich in 12 Kapitel, in denen die häufigsten Notfälle zusammengefasst sind.



**Erweiterte oder spezielle Maßnahmen bei Notfällen mit Kindern sind im Buch den einzelnen Kapiteln zugeordnet und besonders kenntlich gemacht!**

Dieses Buch ersetzt nicht die Teilnahme an einem Erste-Hilfe-Kurs bzw. an einer Erste-Hilfe-Fortbildung.

# Kapitel 1

## RICHTIGES VERHALTEN BEI UNFÄLLEN UND NOTFÄLLEN

### KOMPETENT HILFE LEISTEN IM UNGLÜCKSFALL

Menschen in Not brauchen Hilfe. Dies ist nicht allein eine Frage der Moral, sondern auch gesetzlich festgelegt. Wir sind bei einem Unfall, einem Notfall, einem Unglück – im Rahmen unserer Möglichkeiten – verpflichtet zu helfen.

Das erste Kapitel erläutert die wichtigsten Rettungs- und Verhaltensmaßnahmen bei einem Unfall. Es führt Sie vor allem in die Erstmaßnahmen ein, die für alle möglichen Situationen (nicht allein für Verkehrsunfälle) gelten.

Wichtig ist dabei auch die schnelle und richtige Alarmierung des Rettungsdienstes, damit die Rettungskette, die es in Deutschland gibt, möglichst schnell greifen kann.

**Bitte bedenken Sie:** Als Ersthelfer können Sie Leben retten, wenn Sie umsichtig und richtig handeln.

## DIE VERPFLICHTUNG ZUM HELFEN

Was fürchten wir Menschen mehr als Störungen unseres Wohlbefindens, Erkrankungen oder gar Unfälle mit ihren oft schlimmen Auswirkungen. Wie schnell wird der Gedanke daran, dass etwas passieren kann, verdrängt. Und doch gehören Unglücksfälle in allen unseren Lebensbereichen wie Haushalt, Beruf, Straßenverkehr, Freizeit, Sport usw. zu unserem Alltag.

### Der Ersthelfer ist enorm wichtig

Viele sind immer noch der Auffassung, für die Hilfe bei Unglücksfällen seien Rettungsdienst oder ärztliche Notdienste zuständig, und vergessen dabei, dass fast immer die richtige Hilfe in den ersten Minuten – bis zum Eintreffen des Notdienstes – für die Schwere der Unfallfolgen oder sogar für das Überleben entscheidend sein kann. Wer aber hat schon einen Erste-Hilfe-Kurs besucht und richtig helfen gelernt?

Zum Helfen sind wir nach § 323c StGB auch gesetzlich verpflichtet (siehe unten stehenden Kasten). Für die meisten von uns ist es selbstverständlich, Menschen in Not im Rahmen unserer Möglichkeiten zu helfen, auch ohne dazu gesetzlich verpflichtet zu sein.

### Unfälle – meist im Haushalt und in der Freizeit

Allzu häufig verbinden wir den Begriff »Erste Hilfe« mit Unfällen im Straßenverkehr und denken daran, irgendwelchen fremden Menschen helfen zu müssen; dabei ist dies eher selten notwendig.

Von den ca. acht Millionen Unfällen im Jahr in Deutschland (jeder Zehnte ist somit statistisch betroffen) passieren weniger als zehn Prozent im Straßenverkehr. Viel häufiger wird Erste Hilfe in unserem unmittelbaren Lebensumfeld erforderlich. In der Familie, am Arbeitsplatz oder in der Freizeit und beim Sport, wo man mit Freunden und Bekannten zusammen ist; aber auch bei Notfällen und Unfällen mit Kindern müssen Sie Erste Hilfe leisten können.

## Jeden kann es treffen

Eine Frau sollte ihrem Ehemann helfen können, den plötzlich ein Herzinfarkt ereilt. Eine Mutter muss ihrem Kind Erste Hilfe leisten, das sich beim Spielen verletzt hat. Und auch Ihr Nachbar sollte Ihnen zu Hilfe eilen, wenn Sie sich selbst – z. B. bei der Gartenarbeit – verletzt haben.

### § 323c StGB »Unterlassene Hilfeleistung«

Nach § 323c des Strafgesetzbuches (StGB) wird mit Freiheitsstrafe bis zu einem Jahr oder mit Geldstrafe bestraft, wer bei Unglücksfällen oder gemeiner Gefahr oder Not nicht Hilfe leistet, obwohl dies erforderlich und ihm den Umständen nach zuzumuten, insbesondere ohne erhebliche eigene Gefahr und ohne Verletzung anderer wichtiger Pflichten möglich ist.

Von den ca. acht Millionen Unfällen, die sich jedes Jahr in Deutschland ereignen, geschehen

- ➔ ca. 2.8 Mio. im Haushalt.
- ➔ ca. 2.0 Mio. bei der Arbeit und in der Schule.
- ➔ ca. 2.5 Mio. in der Freizeit und beim Sport.
- ➔ ca. 0,75 Mio. im Straßenverkehr.

Jährlich sterben über 50000 Menschen an plötzlichem Herzversagen, ca. 2700 im Straßenverkehr und ca. 8000 bei Haushaltsunfällen, in der Freizeit und beim Sport. In solchen Situationen richtig zu helfen, ist gar nicht schwer – jeder kann dies in einem Erste-Hilfe-Kurs erlernen. Auch das vorliegende Buch kann dazu beitragen, die notwendigen Erste-Hilfe-Kenntnisse zu erwerben. Denken Sie einmal darüber nach, wie es wäre, wenn Sie einem nahestehenden Menschen, der sich in Not befindet, hilflos gegenüberstünden? Dabei hätten Sie nur ein paar Stunden Freizeit investieren müssen, um Erste-Hilfe-Maßnahmen richtig zu erlernen.

## ANFORDERUNG AN HELFER

Nicht jeder Notfall oder Unfall ist so spektakulär, wie man es womöglich aus Filmen oder einschlägigen Fernsehsendungen kennt. Die allermeisten Unglücksfälle verlaufen glimpflich, und es ist nicht schwer, die richtige Erste Hilfe zu leisten.

### So helfen Sie richtig

- + **Bleiben Sie ruhig.** Verschaffen Sie sich zunächst eine Übersicht über die vorgefundene Situation.
- + **Handeln Sie nicht »kopflös«, sondern besonnen.** Meist sind Sie an einer Unglücksstelle nicht allein, Umstehende sind bestimmt bereit mitzuhelfen. Sprechen Sie diese direkt an und bitten Sie um Mithilfe.
- + **Beruhigen Sie die Betroffenen** und gegebenenfalls auch die Umstehenden.
- + **Verhindern Sie** unbedingt **falsches Eingreifen** und unüberlegtes, »kopflöses« Handeln anderer Helfer.

## WAS IST EIGENTLICH ERSTE HILFE?

Unter dem Begriff »Erste Hilfe« versteht man alle Maßnahmen, die bei Unfällen, akuten Erkrankungen und Vergiftungen bis zum Eintreffen eines Arztes oder des Rettungsdienstes erforderlich sind, damit sich der Gesundheitszustand des Betroffenen nicht weiter verschlechtert. Zu diesen Maßnahmen gehören:

- Unfallstellen sichern und Verunglückte aus akuter Gefahr in Sicherheit bringen.
- Lebensrettende Sofortmaßnahmen durchführen (z. B. Blutstillung, Beatmung, stabile Seitenlage usw.).
- Notruf veranlassen, Rettungsdienst/Arzt alarmieren.
- Schmerzen durch sachgerechte Lagerung oder andere Hilfeleistungen lindern.
- Verletzte betreuen und trösten.

## EIGENE SICHERHEIT/EIGENES SCHUTZVERHALTEN

Bei manchen Unfallsituationen ist es notwendig, die Verunglückten aus einer akuten Gefahrensituation zu retten, z. B. bei:

- ➔ Bränden
- ➔ Verkehrsunfällen
- ➔ Stürzen in Gewässer
- ➔ Einbrechen in Eis
- ➔ Verschüttungen
- ➔ Chemieunfällen
- ➔ Stromunfällen (auch im Haushalt)

### Immer die Unfallstelle absichern

Immer wieder geraten Menschen, die bei einem (Verkehrs-)Unglück helfen wollen, selbst in Lebensgefahr – z. B. wenn eine Unfallstelle auf der Autobahn gar nicht oder nur unzureichend abgesichert ist.

Sorgen Sie dafür, dass an der Unfallstelle wegen eventuell auslaufenden Benzins nicht geraucht und die Zündung beim verunglückten Fahrzeug abgestellt wird (den Zündschlüssel aber stecken lassen!).

Aber nicht nur bei Verkehrsunfällen ist das Absichern wichtig; auch andere Unfallstellen, z. B. in Betrieben oder auf der Skipiste, müssen abgesichert werden. Was Sie dabei im Einzelnen beachten sollten, erfahren Sie auf den folgenden Seiten.

### An die eigene Sicherheit denken

Auf den Autobahnen kommen inzwischen mehr Menschen durch unachtsames Verhalten bei Pannen und Unfällen bzw. beim Helfen ums Leben als durch die Unfälle selbst. Denken Sie daher immer zunächst an Ihre eigene Sicherheit. Nur wenn Sie als Helfer selbst keinen Schaden erleiden, können Sie den Verunglückten helfen.

- ✚ Stellen Sie das Warndreieck in ausreichender Entfernung – d. h. bei Schnellstraßen und Autobahnen mindestens 100 bis 200 Meter vor der Unfallstelle – gut sichtbar am rechten Fahrbahnrand auf. Wenn Sie eine Warnblinkleuchte haben, stellen Sie diese in jedem Fall zusätzlich auf.
- ✚ Bei Kurven und Bergkuppen müssen Sie besonders gewissenhaft absichern. Es geht um Ihr Leben! Deshalb müssen Sie das Warndreieck jeweils vor der Kurve oder Bergkuppe aufstellen.
- ✚ Nachfolgende Fahrzeuge können Sie auch zusätzlich durch eine Auf-und-abwärts-Bewegung des Arms warnen.
- ✚ Fordern Sie weitere Verkehrsteilnehmer zur Mithilfe auf, und auch der Gegenverkehr muss gewarnt werden.
- ✚ Wenn sich mehrere Helfer an der Unfallstelle befinden, sorgen Sie für eine Aufgabenteilung.
- ✚ Brennende Personen können Sie im Notfall mit einem Pulverlöscher löschen. Dabei müssen Sie darauf achten, dass Sie diesen in keinem Fall auf das Gesicht des Betroffenen richten.

### **Achtung**

Warnblinkleuchten und Warnwesten gehören noch nicht in allen Ländern zur Pflichtausstattung privater Kraftfahrzeuge, sie können jedoch an Unfallstellen sehr nützlich sein. Auch die Ausstattung des Fahrzeugs mit einem Feuerlöscher ist sinnvoll. Da sich Brände meist relativ langsam entwickeln, kann der frühzeitige und gezielte Einsatz eines Kfz-Feuerlöschers manchen Brand schnell löschen und manchmal sogar Fahrzeuginsassen retten.

## **RETTUNG AUS AKUTER GEFAHR**

Nach der Sicherung der Unfallstelle leisten Sie den Betroffenen Erste Hilfe. Manchmal müssen Sie dazu den Verletzten aus akuter Gefahr retten. Dies ist mithilfe des Rettungsriffs rasch möglich.

