Einige Tipps die jeder wissen sollte...

Die wesentlichen Erste-Hilfe-Maßnahmen sollte jeder kennen. Aber Vorsicht: Es kommt nicht allein auf

Was immer richtig und wichtig ist! – Das Paket

Wann immer Sie Erste Hilfe leisten, sollten sie vier ganz simple Schritte beherzigen. Mit ihnen können Die Johanniter fassen diese vier Maßnahmen mit dem Begriff „Paket“ zusammen.

1. Ständig die lebenswichtigen Funktionen des Verletzten kontrollieren.
2. Den Notruf unter 112 oder 110 wählen.
3. Den Verletzten mit einer Rettungsdecke wärmen. Dabei auch auf Wärme von unten achten.

4. Psychische Betreuung: Mit dem Betroffenen sprechen, ihm über den Kopf streichen. Auch Bewusst

Nicht erweckbar? – Stabile Seitenlage

Vor Ihnen liegt ein Verletzter. Er atmet, ist aber nicht erweckbar, also bewusstlos. Jetzt heißt es für Sie

Der Patient muss in die Stabile Seitenlage gebracht werden. Dazu knien Sie als Helfer neben dem Bet
Danach kommt die ferne Seite dran. Hier wird der Arm komplett über den Brustkorb gelegt sowie das

Jetzt setzen Sie an dem Knie des angewinkelten Beins an und ziehen den Betroffenen zu sich heran. D

Zusätzlich zur Stablen Seitenlage ist es wichtig, die vier Maßnahmen des „Pakets“ zu leisten: Kontrolle

Keine Atmung? – Herzdruckmassage und Beatmung

Der Betroffene ist nicht erweckbar und hat auch keine Atmung mehr. Möglicherweise ist die Haut schon

Eine Herzdruckmassage sowie Beatmung müssen erfolgen. Die Johanniter-Experten sprechen von der

Auch das „Paket“ ist hier wieder zu beachten – also die Maßnahmen, die immer richtig sind. In diesem

Zwei Besonderheiten gibt es:

Bei Ertrinkenden gilt, sich zunächst selbst zu schützen und deshalb vorrangig den Notruf abzusetzen.

Bei einem Stromunfall ist wichtig, als erstes die Stromzufuhr zur eigenen Sicherheit zu unterbrechen. D

Probleme in der Brust? – Oberkörper hoch lagern

Es gibt viele Anzeichen, durch die wir erkennen können: Der Verletzte hat Probleme in der Brust. Atem

Doch in jedem Falle gilt: Der Oberkörper des Verletzten muss erhöht gelagert werden. Enge Kleidung

In geschlossenen Räumen sollten die Fenster geöffnet werden, damit der Betroffene genug frische Luft
Auch hier gibt das „Paket“ wieder die Handlungen vor: Immer wieder die lebenswichtigen Funktionen

Folgende Besonderheiten gelten in diesen Fällen:

Wenn ein Infarkt oder eine Herzmuskelschwäche vorliegt: Dann können Sie dem Betroffenen helfen, e

Wenn ein Insekt im Mund-Rachen-Raum gestochen hat: Hier muss unbedingt von innen und außen ge

Wenn jemand etwas verschluckt hat: Dann hilft husten. Sie können dem Betroffenen dabei helfen, wen

Sichtbare Verletzungen? – Wunden verbinden

Die Hauptfrage bei Verletzungen lautet: Gibt es Wunden? Sie gehen gleich mit drei Gefahren einher: S

Wichtig bei Wunden: Handschuhe tragen, um sich selbst zu schützen. Danach einen Verband aus kein
Bei stark blutenden Wunden wird der verletzte Arm bzw. das verletzte Bein hochgehalten und die zufü

Der Betroffene hat blasse, kalte Haut, Schwindel, Übelkeit und einen langsamen oder auch sehr schne

Fremdkörper in Wunden sollten – wenn möglich – vorsichtig mit einer Pinzette entfernt werden. Bei grö

Die zweite wichtige Frage bei Verletzungen lautet: Hat der Betroffene Schwellungen und Schmerzen a

Und wie immer: Das „Paket“ sollte man dabei haben. Also wiederholt die lebenswichtigen Funktionen k

Probleme im Kopf? – Kopf hoch lagern

Häufig sind Probleme im Kopf schon deutlich an äußerlichen Verletzungen in diesem Bereich zu erahr

Die wichtigsten Schritte zur Hilfe lauten: Kopf hoch lagern und die vier Handlungen des „Pakets“ anwenden.

Bei einem Schlaganfall sollten die gelähmten Körperteile zusätzlich gepolstert werden.

Bei Betroffenen mit Sonnenstich oder Hitzschlag unbedingt für Schatten sorgen! Zusätzlich muss der Betroffene abgekühlt werden.

Probleme im Bauch? – Knie- und Nackenrolle

Bei Schmerzen im oder Verletzungen am Bauch ist es notwendig, den Betroffenen mit einer Knie- oder Nackenrolle zu lagern.

Auch wenn es Überwindung kostet – manchmal ist dem Betroffenen dabei zu helfen, sich zu übergeben.
Bei offenen Bauchverletzungen muss die Wunde versorgt werden.

Und wie immer gilt: Das ‚Paket‘ nicht vergessen, jenes Bündel aus vier Handlungen, die immer richtig sind.

Zwei Besonderheiten gibt es zu berücksichtigen:

Ist der Betroffene insulinpflichtiger Diabetiker und in eine Unterzuckerung geraten, benötigt er zusätzlich

Hat sich jemand vergiftet, sollte man die Reste des Giftes sicherstellen und dem Rettungsdienst übergeben