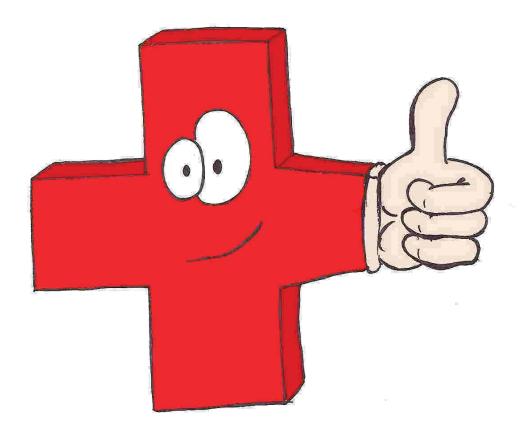
UNIVERSITÄT LEIPZIG

KUNI-Arbeitsblätter Erste Hilfe



zur KUNI-Vorlesung "Erste Hilfe – so geht's!"



Kuni

Vorwort

Liebe KUNI-Studentin, lieber KUNI-Student,

sicher warst Du auch schon einmal Zeuge eines Unfalls, z.B. wenn jemand mit dem Fahrrad gestürzt ist oder ein Auto ein Anders gerammt hat. Solche Unfälle passieren jeden Tag und gehen jeden an. Denn jeder Mensch kann dazu beitragen, dass Anderen in Notfällen geholfen wird. Dabei ist es wichtig, schnell und richtig zu reagieren, damit schlimme gesundheitliche Folgen verhindert werden können.

Das vorliegende Arbeitsheft dient Dir als kleines Nachschlagewerk, damit Du in Notfällen auch richtig helfen kannst. Alle von mir dazu gesammelten Informationen zum Thema "Erste Hilfe" habe ich in diesem Arbeitsheft für Dich zusammengefasst. Nun hoffe ich natürlich, dass es Dir gefällt.

Einige Aufgaben kannst Du ebenfalls in dem Arbeitsheft finden. Diese kannst Du wie immer allein lösen. Aber noch mehr Spaß macht es, wenn Du zusammen mit Deinem Freund, Deiner Freundin, Deinen Geschwistern oder Deinen Eltern an den Fragen knobelst. Die Aufgaben erkennst Du ganz einfach an meinem Bild.

Wenn Du Anmerkungen oder weitere Ideen und Vorschläge hast, dann kannst Du mir gern einen Brief oder eine E-Mail schreiben. Natürlich freue ich mich auch immer über Bilder und Fotos von Dir!

Nun hoffe ich, dass Du weiterhin schön neugierig bleibst!

Viele Grüße

Dein KUNI



Was ist "Erste Hilfe"?

Unter "Erste Hilfe" versteht man Maßnahmen, die von jedem durchgeführt werden können, um das Leben von Menschen zu retten. Wenn sich jemand in der Schule, zu Hause oder auf der Straße verletzt, ist es wichtig, die einfachsten und wirksamsten Sofortmaßnahmen bei Unfällen zu kennen, um ihm zu helfen. Diese Maßnahmen können zum Beispiel sein: Gefahren bis zum Eintreffen von professioneller Hilfe, wie z.B. einem Krankenwagen, zu verhindern oder Verletz-



ungen zu mildern. In jedem Fall ist es ratsam, einen Erwachsenen zu holen.

Wie verhalte ich mich richtig?



Die wichtigste Grundregel bei allen Unfällen ist, Ruhe bewahren und Nachdenken. Wilde Hektik macht die Sache nur noch schlimmer. Beim Überlegen helfen Dir diese Fragen:

1. Wie schwer ist die Verletzung?

Sprich kurz mit dem Verletzten und frage ihn, was passiert ist und wie schlimm seine Verletzung ist. So kannst Du dann viel besser entscheiden, ob Du Hilfe

Abb. 2 kannst Du dann viel besser entscheiden, ob Du Hilfe holen musst. Wenn der Verletzte aber bewusstlos oder nicht ansprechbar ist, dann muss auf jeden Fall jemand kommen, der sich mit Erster Hilfe auskennt.

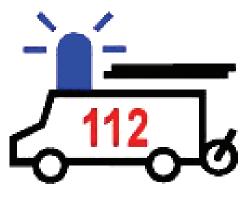
2. Wo bekomme ich Hilfe?

Wenn Erwachsene in der Nähe sind, solltest Du sie rufen. Es ist sicher jemand dabei, der sich mit Erster Hilfe auskennt. Außerdem haben viele Erwachsene ein Handy dabei. Damit kann man Eltern und Verwandte oder im Notfall auch einen Rettungswagen rufen.

3. Was tun, wenn gerade niemand da ist?

Wenn du glaubst, dass die Verletzungen schlimm sind, dann beruhige den Verletzten erst mal. Er soll sich nämlich nicht viel bewegen. Schau dich jetzt um, wo Du Hilfe bekommen kannst. Wo Häuser oder Autos sind, da gibt es fast immer auch ein Telefon oder Handy.





Wenn Du ein Telefon gefunden hast, dann wähle die Notrufnummer 112. Diese Telefonnummer ist kostenlos und somit kannst Du sie aus jeder Telefonzelle oder von jedem Handy aus erreichen. Damit die Notdienststelle schnell und richtig helfen kann, solltest Du bei Deinem Anruf fünf so genannte W-Fragen beantworten. Mit der Notruf-Hand, kannst Du sie Dir gut merken:

Abb. 3



Abb. 4

Der Notruf

Wo ist der Unfall passiert?

Gib möglichst genau den Ort an, die Straße und auch die Hausnummer.

Was ist geschehen?

Beschreibe kurz den Unfall. Manchmal werden ja besondere Rettungsfahrzeuge gebraucht, wenn zum Beispiel ein Kind in ein tiefes Loch gefallen ist.

Wie viele Verletzte gibt es?

Vielleicht müssen mehrere Rettungswagen kommen.

Welche Verletzungen haben sie?

Beschreibe die Verletzungen, die Du gesehen hast.

Warte, lege nicht auf!

Bleibe dran und beantworte die Fragen der Leute vom Notruf oder der Polizei. Sobald sie alles Wichtige erfahren haben, werden sie das Gespräch beenden und einen Rettungswagen schicken.





In folgender Geschichte kannst Du testen, ob Du Dir die Notrufhand gemerkt hast. Ergänze die Lücken mit den richtigen Begriffen und W-Fragen.

Paul und Rainer treffen sich wie jeden Samstag zum Skateboarden auf dem Augustusplatz. Die Beiden sind richtig gut und alle sind neidisch auf ihr Können.

Doch Paul ist heute unachtsam und stürzt bei einem waghalsigen Manöver an der Treppe. Rainer läuft sofort zu ihm und fragt, ob er verletzt sei.

Paul klagt über große Schmerzen. Außerdem kann er sein rechtes Bein nicht mehr bewegen.



Abb. 5



kann, v	erliert den No	er keine truf. In (Zeit	n finden und ruft efonzelle
		Rainer Telefon :		Notruf-

Α	h	h	6
$\boldsymbol{\mathcal{L}}$.,		



Der Rettungswagen

Nachdem Rainer den Notarzt für seinen Freund Paul verständigt hat, trifft der Rettungswagen ca. zehn bis 15 Minuten später am Unfallort ein. Diese Autos sind Fahrzeuge des Rettungsdienstes für die Notfallrettung. Sie werden benutzt, um Notfallpatienten zu versorgen und in eine geeignete Klinik zu transportieren.



Abb. 7

Notarztwagen sind mit unterschiedlichen medizinischen Dingen ausgestattet. Einige davon habe ich Dir hier aufgelistet:

EKG mit Defibrillator



Abb. 8

Das Elektrokardiogramm (EKG) misst die kleinsten elektrischen Ströme, die beim Schlagen des Herzens entstehen. Ein Defibrillator ist ein medizinisches Gerät zur bildhaften Darstellung der Herzbewegungen sowie zur Beseitigung von bestimmten Herzmuskelstörungen.



Medikamentenschrank



Dort befinden sich verschiedene Arzneimittel, welche zur Heilung oder Linderung von Schmerzen dienen.

Abb. 9

Einmalhandschuhe



Dies sind Handschuhe, die nur einmal verwendet werden. Jede Person sollte sie während einer Hilfemaßnahme am Unfallort tragen, um sich selbst vor Krankheiten zu schützen.

Abb. 10

Spritzenpumpen



Unter einer Spritzenpumpe versteht man eine Pumpe zur Verabreichung von Medikamenten.

Absaugpumpe



Eine Absaugpumpe ein medizinisches Gerät zum Absaugen von Körperflüssigkeiten wie z.B. Speichel. Sie besteht aus einer Pumpe und ei-Auffangbehälter nem für die abgesaugten Flüssigkeiten.

Abb. 12



Notfallkoffer



Das ist ein Koffer, der Materialien und Medikamente zur Feststellung und Therapie von medizinischen Notfällen enthält.

Abb. 13

Krankentrage



In jedem Rettungswagen befindet sich eine Krankentrage. Dies ist eine Art fahrbares Bett, worauf Personen, die nicht mehr laufen oder sitzen können, transportiert werden.

Schränke und Schubfächer



In Schränken und Schubfächern befinden sich weitere Ausstattungen wie Medikamente oder Spritzen.

Beatmungsgerät



Ein Beatmungsgerät ist eine Maschine zur Beatmung von Personen.





Im unten stehenden Bild siehst Du einen Rettungswagen von innen. Ordne nun die oben genannten Begriffe zu der passenden Zahl des Bildes. Manche Wörter müssen zu mehreren Ziffern geordnet werden.

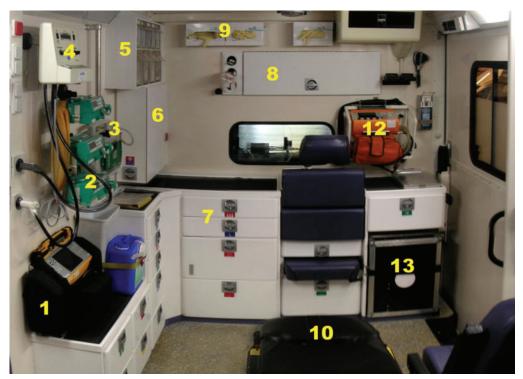


Abb. 17

1:_	
4: _	
8: _	
12:	
13:	



Das Ein mal Eins des Helfens

Ich kann bereits:

- trösten
- zudecken
- Hilfe holen

Wie verhalte ich mich falsch:

- ich schaue weg
- ich stell mich daneben und gaffe
- ich mache dumme Bemerkungen
- ich rufe noch mehr Zuschauer
- ich versperre Helfern den Weg



Abb. 18

Die Rettungskette

Die sogenannte Rettungskette zeigt an, was in welcher Reihenfolge bei einem Notfall getan werden muss. Zunächst sollte der Betroffene aus der Gefahrenzone, z.B. Bei einem Fahrradunfall von der Straße, gebracht werden. Auch der Retter sollte sich in Sicherheit bringen. Der zweite Schritt ist den Notruf zu alarmieren. Denke dabei an die 5 W-Fragen! Am besten suchst Du Dir einen Erwachsenen, der weitere Maßnamen (eventuell mit Deiner Unterstützung) vornehmen kann. Dann wartet Ihr bei dem Verletzten bis der Rettungswagen kommt.



Abb. 19



Richtig oder falsch?



Im folgenden Erste-Hilfe-Test kannst Du Dein Wissen über Notfallsituationen testen. Sind die folgenden Aussagen richtig oder falsch? Kreuze an.

		Richtig	Falsch
1	Auf kleine Wunden, die nicht stark bluten, kommt ein		
	Pflaster.		
2	Wenn Du die Schutzfolien vom Pflaster abziehst, darfst		
	Du das Mullkissen in der Mitte nicht berühren.		
3	Eine Zecke soll man mit dem Besen entfernen.		
4	Wenn man von einer Zecke gebissen wird und nicht		
	geimpft ist, soll man unbedingt zum Arzt gehen.		
5	Insektenstiche in der Mundhöhle sind besonders		
	gefährlich, denn es droht Erstickungsgefahr.		
6	Insekten, wie zum Beispiel Wespen, lieben süße Getränke.		
	Deshalb muss man beim Trinken im Freien, besonders aus		
	Dosen, sehr aufpassen.		
7	Wird man in der Mundhöhle von einem Insekt gestochen,		
	soll man Eis lutschen, kalte Umschläge auflegen und zum		
	Arzt fahren.		
8	Nasenbluten kann man durch einen Verband auf dem Knie		
	stoppen.		
9	Den Notfalldienst erreiche ich unter der Nummer 333!		
10	Wenn ich die Rettung rufe, sage ich WAS WO passiert ist,		
	WIE VIELE Verletzte es gibt, um WELCHE Art von Ver-		
	letzungen es sich handelt und WARTE auf Rückfragen.		
11	Wenn ich etwas vom Boden aus nicht erreiche, stelle ich		
	mir einen Sessel auf den Tisch und steige darauf.		
12	Wenn ich auf eine Leiter steige, sollte jemand diese		
	Leiter halten, damit sie nicht umfallen kann.		
13	Wenn ich ein Pflaster aufklebe, dann so, dass die Wunde		
	von dem Mullkissen abgedeckt wird und das Pflaster nur		
	auf der unverletzten Haut klebt.		
14	Wenn sich jemand verbrennt, soll er die betroffene		
	Stelle möglichst lange unter kaltes Wasser halten.		
15	Es ist nicht wichtig, Verletzte zu trösten und zu beruhi-		
	gen.		
16	Bei einem Rettungseinsatz sollte ich dem Notdienst nie-		
	mals den Weg versperren.		



Stabile Seitenlage

Die stabile Seitenlage ist eine lebensrettende Maßnahme, die Du selbstständig am Unfallort ergreifen kannst. Durch die stabile Seitenlage wird sichergestellt, dass die Atemwege freigehalten werden und Erbrochenes oder Speichel ablaufen können. Der Verletzte wird so vor dem Ersticken bewahrt.



Knie Dich seitlich neben den Verletzten.

Strecke seine Beine aus.

Den nahen Arm des Betroffenen legst Du angewinkelt nach oben, dabei zeigt die Handinnenfläche nach oben.



Greife den fernen Arm des Verletzten am Handgelenk und kreuze diesen Arm vor der Brust. Lege die Handoberfläche der verletzten Person an dessen Wange.

Lasse seine Hand nicht los.



Greife an den fernen Oberschenkel des Betroffenen und stelle sein Bein auf.



Ziehe den Verletzten zu Dir herüber.

Richte dabei das oben liegende Bein so aus, dass der Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte liegt.



Abb. 20

Überstrecke den Hals der Person, damit die Atemwege frei werden. Öffne dann den Mund des Verletzten leicht.

Die Hand, die an der Wange liegt, sollte so ausgerichtet werden, dass der Hals überstreckt bleibt.



Häufige Notfälle und Verletzungen

Hitzschlag

Einen Hitzschlag oder auch Sonnenstich bekommt man, wenn man über längere Zeit hohen Temperaturen ausgesetzt ist. Wenn man dazu noch schwere körperliche Arbeit verrichtet oder Sport treibt, dann kommt es besonders Schnell zum Hitzschlag. Dabei steigt die Körpertemperatur auf mehr als 40 Grad Celsius an. Das musst Du Dir so vorstellen wie hohes Fieber.



Abb. 21: Sonne

Die Symptome, also die Anzeichen für einen Hitzschlag, sind ein hochroter Kopf,



rote, trockene und heiße Haut, ein schneller Puls, Krämpfe bis hin zu Bewusstlosigkeit und Atemstörungen. Wenn Du oder ein Freund von Dir einen solchen Hitzschlag erleidet, solltest Du sofort mit kühlenden Maßnahmen beginnen. Am besten Du bringst Dich oder die betroffene Person sofort in eine kühlere Umgebung und

Abb. 22

kühlst den Kopf mit kalten, feuchten Tüchern. Bei Bewusstlosigkeit muss der Notruf alarmiert werden!

Auch Tiere können einen Sonnenstich erleiden. Das Beste ist, wenn sie sich an einem heißen Sommertag nur im Schatten, z.B. unter einem Sonnenschirm aufhalten.



Abb. 23



Verbrennungen

Eine Verbrennung entsteht durch hohe Hitzeeinwirkung. Beispielsweise durch starke Sonneneinstrahlung, heiße Flüssigkeiten wie Tee oder kochendes Wasser oder auch durch Flammeneinwirkung z.B. bei einem Feuer.

Verbrennungen werden in drei Schweregrade eingeteilt. Bei einer Verbrennung ersten Grades sind nur die obersten Hautschichen betroffen und die Haut ist stark gerötet. Durch die Reizung der oberflächlichen Hautnerven ist dieser Verbrennungsgrad sehr schmerzhaft.

Bei der Verbrennung zweiten Grades sind bereits tiefere Hautschichten betroffen. Häufig bilden sich Brandblasen durch Absonderung von Gewebeflüssigkeit zwischen Ober- und Unterhaut.

Bei der Verbrennung dritten Grades sind alle Schichten der Haut samt Drüsen und Nerven verbrannt. Das verbrannte Gewebe kann schneeweiß, aber auch bräunlichschwarz sein. Da die Hautnerven stark geschädigt sind, schmerzen solche Wunden kaum.

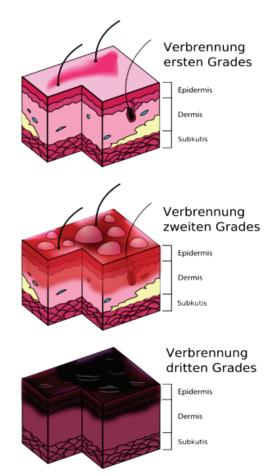
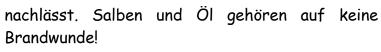


Abb. 24

Die Verbrennung sollte sofort nach Entfernen der Hitzequelle gekühlt werden. Falls Teile der Kleidung brennen sollten, musst Du also die Kleidung vorsichtig von der Wunde entfernen und danach mit klarem Wasser kühlen bis der Schmerz



Kleidungsstücke, die fest an der Haut kleben, sollten lieber nicht ausgezogen werden. Bei solchen starken Verbrennungen muss der Verletzte schnell ins Krankenhaus.

Nach dem Kühlen sollte die Wunde mit einem sauberen Tuch (am besten ein Verbandtuch) abgedeckt werden und einem Arzt gezeigt werden. Dieser entscheidet dann über weitere Maßnahmen.



Abb. 25



Kleinere Verletzungen



Wahrscheinlich hast Du Dich auch schon mal am Finger geschnitten oder Du bist hingefallen und hast Dir das Knie aufgeschürft. Meist sind kleinere Verletzungen wie Schnitte oder Schürfwunden nichts Schlimmes, denn sie heilen schnell. Du solltest einen keimfreien Verband anlegen oder ein Pflaster auf die Wunde kleben.

Abb. 26

Ganz Besonders wichtig ist, dass Du gegen Tetanus geimpft bist. Tetanus, oder auch Wundstarrkrampf, ist eine Infektionskrankheit, an der man sterben kann. Das Bakterium, das Wundstarrkrampf auslöst, kommt nahezu überall vor: im Stra-Benstaub oder auch in der Gartenerde. Deshalb ist es von großer Bedeutung, dass Du Dich durch eine Impfung schützt.



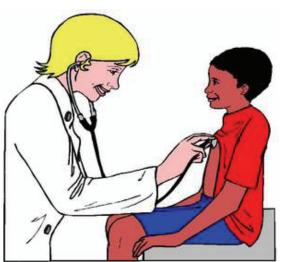


Abb. 28

Einen Arzt solltest Du aufsuchen, wenn

- die Wunde breiter als 2-3 cm ist oder tiefer als 0.5 cm.
- ein Fremdkörper, wie ein Splitter, in der Wunde steckt,
- ein Gelenk, wie z.B. Dein Knie, betroffen ist,
- es sich um eine Stichverletzung oder eine Bisswunde handelt,
- es sich um eine Augenverletzung handelt oder
- es sich um einen Insektenstich im Mund-Rachen-Bereich handelt.





Lösungen

Lückentext (S. 5)

Da Rainer keinen Erwachsenen finden kann, verliert er keine Zeit und ruft selbst den Notruf. In der Telefonzelle tippt er die _____112____.

Was muss Rainer dem Notrufassistenten am Telefon sagen?

Wo ist es geschehen?
Was ist geschehen?
Wie viel Verletzte gibt es?
Welche Verletzungen haben sie:
Warten auf Rückfragen!

Der Rettungswagen (S. 9)

- 1: EKG mit Defibrillator
- 2: Spritzenpumpe
- 3: Absaugpumpe
- 4: spezielles Beatmungsgerät
- 5: Medikamentenschrank
- 6: Medikamentenschrank
- 7: Schränke und Schubfächer für weitere Ausstattung
- 8: Schränke und Schubfächer für weitere Ausstattung
- 9: Einmalhandschuhe
- 10: Krankentrage
- 12: Beatmungsgerät
- 13: Notfallkoffer

Richtig oder falsch (S. 11)

1: richtig, 2: richtig, 3: falsch, 4: richtig, 5: richtig, 6: richtig, 7: richtig, 8: falsch, 9: falsch, 10: richtig, 11: falsch, 12: richtig, 13: richtig; 14: richtig, 15: falsch, 16: richtig.



Abbildungsverzeichnis

Abbildung 1: http://www.malteser-stadt-koeln.de/typo3temp/pics/

24577b3725.jpg

Abbildung 2: http://www.sjhm.org/images/Thinking-Kid.jpg

Abbildung 3: http://www.specktier02.yfw24.de/text_24115554_

85700876_59480020_deutsch.html

Abbildung 4: unbekannt

Abbildung 5: http://www.hinzundkunzt.de/img/articles/j/u/jungs.jpg

Abbildung 6: http://www.worldpayphones.com/europe/ger-

TelefonzelleHandy.jpg

Abbildung 7: http://www.asb-ps.de/jpg/rett/rtws-40.jpg

Abbildung 8: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/b/b3/ De

fibrillator_Monitor.jpg

Abbildung 9: http://www.feuerwehr-weblog.de/stefan/Erste-Hilfe-

Schrank.jpg

Abbildung 10: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/thumb/

8/8e/Purple-nitrile-glove.jpg/180px-Purple-nitrile-glove.jpg

Abbildung 11: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/3/3b/Perfu-

sor_RTW.jpg

Abbildung 12: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/de/d/d3/ Absaugpum-

pe_wik.jpg

Abbildung 13: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/de/2/2a/ Notfallkof-

fer.jpg

Abbildung 14: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/de/6/67/ Stry-

ker_trage.jpg

Abbildung 15: http://www.kovos.cz/mm/i/top-kategorie/kancelar/s-

2395s_a_1660.jpg

Abbildung 16: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/9/9b/ Oxy-

log3000.jpg

Abbildung 17: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/1/1c/ Ambu-

lance_Interior_Details.jpg

Abbildung 18: http://www.drk-dortmund.de/images/bilder/drkmaennchen.jpg

Abbildung 19: http://www.leipzig.de/imperia/md/images/behoerden/brand-

schutzamt/erstehilfe/rettungskette_400x215.gif

Abbildung 20: http://www.drk.de/frameset.htm?http://www.drk.de/erste

hilfe/der_kleine_lebensretter/seitenlage.html

Abbildung 21: http://www.samariter-zuerich-hoengg.ch/images/TippsTricks/

Sonnenstich.jpg



Abbildung 22: http://www.jugendrotkreuz.at/jrk/media/ausbildung/ Sonnen

stich_2.jpg

Abbildung 23: http://www.vet-doktor.de/ARCHIV/Gesundheit/Hitzschlag/

hitzschlag_schirm.jpg

Abbildung 24: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/8/86/

Burn_Degree_Diagram-de.png

Abbildung 25: http://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/1/1b/

Burn_2nd_degree_2.jpg

Abbildung 26: http://www.drk-meschede.de/Bereit/Ausbil/Bild1a1.jpg

Abbildung 27: http://www.richies.at/fragnerlandexpress/Ausgabe0101/Imp-

fung.gif

Abbildung 28: http://www.vskrems-lerchenfeld.ac.at/arbeitsmaterialien/cli-

parts/berufe/arzt04.jpg

