



Verhalten in Notfällen

Gerät jemand in eine Notlage, zählt jede Minute. *Anita und Bernd Marquard* von der DLRG Neu-Isenburg vermitteln anschaulich, welche Schritte im Ernstfall entscheidend sind, und zeigen dies mit einprägsamen, praxisnahen Demonstrationen. Für die Genehmigung zur Veröffentlichung bedanken wir uns herzlich.

Bewahren Sie Ruhe, handeln Sie überlegt und führen Sie die wichtigsten Schritte nacheinander aus.

Achten Sie dabei stets auch auf die eigene Sicherheit. Ein Beispiel aus dem Straßenverkehr: Ziehen Sie zuerst die Warnweste an, sichern Sie die Unfallstelle ab und verschaffen Sie sich dann einen Überblick. Fragen Sie sich: **Was** ist passiert? **Wo** genau? **Welche** Verletzungen oder Symptome liegen vor?

Anschließend gilt: Notruf absetzen, Telefonnummer **112** anrufen (oder jemanden beauftragen, dies zu tun) und die Situation schildern. Wichtig dabei, nicht aufzulegen, bevor die Leitstelle das Gespräch beendet. Dort erhalten Sie zudem konkrete Anweisungen für das weitere Vorgehen.

Zu den häufigsten Notfällen zählen – *neben Unfällen* - Schlaganfall, Herzversagen, Verschlucken oder ein Insektenstich im Mund- und Rachenraum. In solchen Situationen können bereits einfache Sofortmaßnahmen entscheidend sein:

- Bei Unruhe oder Atemnot: Fenster öffnen, beengende Kleidung lockern, beruhigen und z.B. die betroffene Person nach Wunsch lagern.
- Falls nötig, wenn die Person friert, eine Rettungsdecke verwenden. Die goldene Seite nach außen hält warm – jedoch bitte immer über der Kleidung, nicht direkt auf der Haut.

Bei allen Notfällen ist immer ein Notruf abzusetzen!

Viele Menschen zögern aus Angst, etwas falsch zu machen. Doch jede Hilfe ist besser als keine Hilfe. Wer Erste Hilfe leistet, ist durch die Deutsche gesetzliche Unfallversicherung (DGUV) versichert.

Herzversagen



Bewusstlos, aber normale Atmung vorhanden:

Seitenlage, Kopf überstrecken, damit die Atemwege frei bleiben, die Zunge nicht zurückfällt und Erbrochenes abfließen kann.

Bewusstlos und keine, bzw. keine normale Atmung:

Sofort Herzdruckmasse beginnen: 30x drücken, 2x beatmen (wenn möglich), wiederholen, bis der Rettungsdienst kommt.



Schock



Schocklagerung, z.B. bei Kreislaufversagen, reguliert die Blutzirkulation zum Gehirn und anderen Organen. Beine hochlegen, warmhalten. **Nicht anwenden** bei bewusstlosen Personen, Kopfverletzungen, Sonnenstich und Herzerkrankungen.

Drohendes Erstickten



Fremdkörper verschluckt: Person nach vorne beugen und zwischen die Schulterblätter schlagen, oder die Oberbauchkompression („Heimlich-Handgriff“) anwenden, damit das Verschluckte ausgespuckt werden kann.

Insektenstich im Mund/Rachen: Gefahr durch Anschwellen der Zunge. Sofort kalte Umschläge um den Hals auflegen. Bei einer Person mit Bewusstsein kann man auch Eiswürfel zum Lutschen geben. **In keinem Fall etwas zu trinken geben.** (Gilt auch bei Vergiftungen).



Starke Blutung

Druckverband anlegen, verletzte Gliedmaßen – wenn möglich - hochhalten.



SOZIALVERBAND

VdK

HESSEN-THÜRINGEN
ORTSVERBAND NEU-ISENBURG

Eichendorffstraße 1
63263 Neu-Isenburg

Telefon 0 61 02 – 2 69 06
Telefax 0 61 02 – 78 74 87
E-Mail ov-neu-isenburg@vdk.de
<http://www.vdk.de/ov-neu-isenburg>

Bürozeiten:
Montag, Dienstag und Donnerstag
von 9.00 bis 12.30 Uhr

Fotos: © VdK-Neu-Isenburg