



## Erste Hilfe

### Notruf

**Nummern:** Notruf = 112  
Polizei = 110

**Wo** geschah es?

Nur eine genaue Ortsangabe (Ort, Straße, Hausnummer usw.) erspart unnötiges Suchen und ermöglicht schnellstmögliches Eintreffen der Rettungsdienste.

**Was** geschah?

Kurze Beschreibung des Notfalls. Aus der Schilderung der Notfallsituation kann die Leitstelle unter Umständen die Notwendigkeit weiterer Maßnahmen einleiten.

**Wie** viele Verletzte?

Angabe der Zahl der Verletzten (wichtig für den Abtransport mit Rettungs- und Krankenwagen)

**Welche** Art der Verletzung?

Möglichst lebensbedrohliche Verletzungen besonders schildern, damit ggf. der Notarzt entsandt wird.

**Warten** auf Rückfragen!

Das Gespräch wird grundsätzlich von der Leitstelle beendet. Unter Umständen werden noch weitere Einzelheiten erfragt.

### Ohnmacht (Synkope)

Eine Ohnmacht ist eine plötzlich einsetzende, kurz andauernde Bewusstlosigkeit. Der Betroffene ist für kurze Zeit handlungsunfähig und sackt in sich zusammen. Eine Ohnmacht dauert wenige Sekunden. Sie ist meistens bedingt durch eine Sauerstoffunterversorgung des Gehirns.

#### Ursachen

- Langes Stehen
- Sauerstoffmangel (schlechte, stickige Luft)
- Herzstörungen
- Angst
- Schmerzen
- Stress
- und vieles mehr...

#### Gefahren

- Verletzungen durch den Sturz
- eventuelle Bewusstlosigkeit

#### Maßnahmen

- Betroffenen an die frische Luft bringen, Raum verschaffen
- Schocklage (→ Gehirn wird besser mit Sauerstoff versorgt)
- Da die Ursachen für eine Ohnmacht vielfältig sind, sollte ein Arztbesuch in Betracht gezogen werden

### Rettungskette





## Erste Hilfe

### Schock

Der Schock ist die Reaktion des Körpers auf eine mangelhafte Blutversorgung der Organe.

#### Ursachen für die mangelhafte Blutversorgung

- Flüssigkeitsverlust: Blut, Plasma, Wasser (Volumenmangelschock)
- Allergien (Anaphylaktischer Schock)
- Herzstörungen (Kardiogener Schock)
- Vergiftungen/Infektionen (Septischer Schock)

#### Gefahren

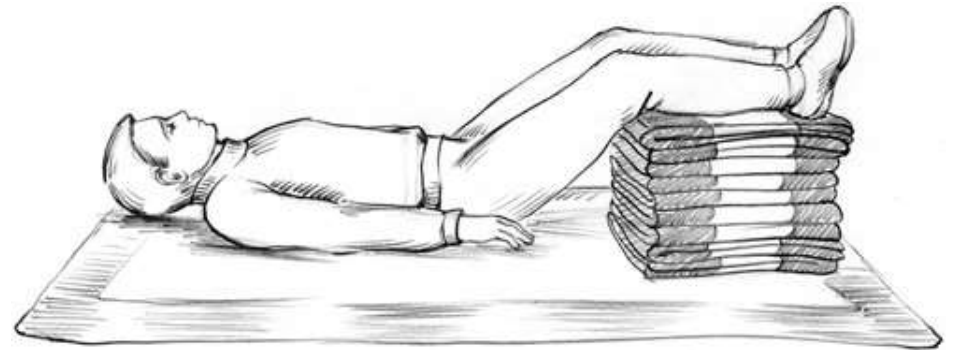
- Bewusstlosigkeit

#### Erkennungsmerkmale

- Fahle Blässe
- Kaum tastbarer, schneller Puls
- Kalter Schweiß im Gesicht
- Mangelhafte Durchblutung der Haut und des Nagelbettes
- Unruhe
- Verwirrtheit
- Zittern
- im späteren Verlauf Ruhe, Teilnahmslosigkeit, ggf. Bewusstlosigkeit

#### Maßnahmen, um eine Bewusstlosigkeit zu verhindern

- Notruf
- Warm halten (Wärme geht vor allem an den Boden verloren, deswegen unbedingt von unten wie von oben zudecken!)
- Betroffenen beruhigen, trösten, betreuen
- Aufregung und Unruhe vermeiden
- Schocklage (→ Blut fließt von den Beinen in den Körper zurück)



#### Merke

Der umgangssprachliche „Schock“, hervorgerufen durch Erschrecken, Angst, etc., heißt medizinisch „Akute Belastungsreaktion“. Der medizinische Schock entsteht aus einer mangelhaften Blutversorgung des Körpers, während die „Akute Belastungsreaktion“ (z.B. Nervenzusammenbruch) psychische Gründe hat.



## Erste Hilfe

### Bewusstlosigkeit

Eine Bewusstlosigkeit ist ein lebensbedrohlicher Zustand, bei dem der Betroffene in einem komatösen Zustand ist. Der Schluck- und Hustenreflex ist ausgeschaltet. Auch die Muskulatur ist erschlafft.

#### Mögliche Ursachen

- Gewalteinwirkung auf den Kopf
- unbehandelter Schock
- Drogen und Medikamente
- Organversagen
- und vieles mehr...

#### Gefahren

- Ersticken an Erbrochenem oder an der Zunge (da kein Schluckreflex vorhanden)
- Herz-Lungen-Stillstand

#### Erkennungsmerkmale

- erschlaffte Muskeln
- nicht ansprechbar

#### Maßnahmen

- Bewusstseinskontrolle
- Atemkontrolle
- Auf Erbrochenes im Mundraum untersuchen
- Stabile Seitenlage



- Notruf
- Weitere Atemkontrollen
- Eventuelle Verletzungen behandeln
- Zudecken/Wärmen