Erste Hilfe: Die ersten Maßnahmen am Unfallort

Was zu tun ist, wenn Sie als Ersthelfende an einen Unfallort kommen.

Aktualisiert am 13. Februar 2023.

 allgemeine Regeln

 Sie müssen einen Patienten aus der Gefahrenzone bringen.

 Sie müssen den Helm abnehmen.

Es gibt Regeln.



Bewahren Sie Ruhe und behalten Sie den Überblick.

Wie viele Personen sind verletzt? Wer braucht meine Hilfe am meisten?



Gehen Sie aus der Gefahrenzone. Bringen Sie die Betroffenen, wenn nötig, aus der Gefahrenzone.



Denken Sie immer an Ihre eigene Sicherheit. Zum Beispiel sollten Sie eine Warnweste anziehen.

Sichern Sie die Unfallstelle.

Zum Beispiel sollten Sie ein Warndreieck aufstellen.



Rufen Sie den Rettungsdienst und alarmieren Sie den Notruf, wenn nötig.

Fragen Sie auch andere Passanten um Hilfe. Jeder kann sich neben einen Patienten setzen und für ihn da sein.

Bitte bleiben Sie bei dem Patienten bis der Rettungsdienst da ist.

Notruf:

Als Notrufnummer gilt: 112.

Diese Nummer gilt überall in Deutschland.

Die Notrufnummer 112 ist in allen Handynetzen und Festnetzen kostenlos.

Sie können die Nummer also überall anrufen.

Vielleicht haben Sie ein fremdes Handy und können die Nummer nicht anrufen.

Aber wenn Sie die Nummer trotzdem anrufen, geht es trotzdem.

Das Handy ist vielleicht mit einer PIN gesperrt.

Polizeinotruf: 110

In ganz Europa gibt es den Notruf für die Euro: 112.

Es gibt mehrere Notrufnummern für verschiedene Länder.

Die Nummern sind oft noch gültig, wenn Sie eine andere Nummer wählen.

Halten Sie beim Anrufen diese Informationen bereit (5 W):

 Wo ist der Notfall passiert?

 Was ist passiert?

 Wie viele Personen sind betroffen?

 Welche Verletzungen gibt es?

Der Patient ist aus der Gefahrenzone. Bringen Sie ihn jetzt in ein Krankenhaus.

Vielleicht müssen Verletzte aus der Gefahrenzone gebracht werden.

Das ist wichtiger als die Behandlung.

Wenn Sie Verletzte bewegen, müssen Sie sehr vorsichtig sein.

Wenn es keine sichere und schonende Möglichkeit gibt, können Sie den Rautek-Griff benutzen.

 Sie fassen unter den Achseln des Patienten durch und fassen einen Unterarm mit beiden Händen.

Legen Sie den Unterarm über die Brust des Verletzten.

Fassen Sie den Unterarm mit beiden Händen.

Gehen Sie leicht in die Knie und ziehen Sie den Patienten auf den Oberschenkel.

Gehen Sie rückwärts und legen Sie den Verletzten an einer sicheren Stelle ab.

Am besten auf einer Decke.

Sie sollen überprüfen, ob die Person bewusstlos ist und atmet.

Sie haben einen Patienten, der bewusstlos ist.

Hat der Patient Atem?

Nein?

Dann beginnen Sie mit der Wiederbelebung.

Ja?

Dann bringen Sie den Patienten bitte in die stabile Seitenlage.

Helm abnehmen

Ein Motorradfahrer ist bewusstlos und fährt noch.

2 Helfer arbeiten am besten zusammen.

Das ist weil die Gefahr besteht, dass der Motorradfahrer eine Verletzung der Halswirbelsäule hat.

Die Helfer müssen sehr vorsichtig sein und die Halswirbelsäule des Patienten nicht bewegen.

 Helfer 1 kniet oberhalb des Kopfes und hält den Kopf des Verletzten. Er hält mit beiden Händen den Helm und den Unterkiefer des Verletzten.

 Helfer 2 kniet neben dem Verletzten und öffnet Visier, Kinnriemen oder -schale.

Sie haben einen Patienten, der nicht auf Sie achtet.

Der Patient hat Atemprobleme und Sie bringen ihn in die stabile Seitenlage.

Dabei soll die Halswirbelsäule von Ihrem Helfer festgehalten werden.

Der Patient ist bewusstlos und atmet nicht?

Dann beginnen Sie mit der Wiederbelebung.

Wie man helfen kann, wenn jemand einen Schock hat.

Die "Psychische Erste Hilfe" ist sehr gut.

Sie wurde von Professor Frank Lasogga und Professor Bernd Gasch entwickelt.

Die beiden sind an der Universität Dortmund für Psychologie zuständig.

Sie haben die Erste Hilfe genau untersucht.

Dabei haben sie auch viele Ersthelfer und Opfer gefragt.

Regel 1: Sagen Sie, dass Sie da sind und dass etwas passiert. Der Verletzte soll spüren, dass er nicht allein ist. Gehen Sie zu dem Betroffenen und stehen Sie nicht herum.

Schon der Satz "Ich bleibe bei Ihnen, bis der Krankenwagen kommt" wirkt beruhigend und gut.

Informieren Sie den Verletzten auch über Maßnahmen, die schon gemacht wurden. Zum Beispiel "Der Arzt ist auf dem Weg. ".

Regel 2: Schützen Sie den Verletzten vor Zuschauern. Neugierige Blicke sind für einen Verletzten unangenehm.

Weisen Sie Schaulustige freundlich aber bestimmt an: "Bitte treten Sie zurück!" Wenn Zuschauer stören, weil sie unnötige Ratschläge geben oder ihre eigenen schlimmen Erlebnisse erzählen, geben Sie ihnen eine Aufgabe. Zum Beispiel: "Schauen Sie bitte, ob die Unfallstelle abgesichert ist." Oder: "Halten Sie bitte die Zuschauer von dem Verletzten weg und machen Sie Ruhe!"

Regel 3: Suchen Sie vorsichtig Körperkontakt! Leichter Körperkontakt fühlt sich für einen Verletzten gut und beruhigend an. Halten Sie die Hand oder die Schulter des Betroffenen. Berührungen am Kopf oder anderen Körperteilen sind nicht gut. Begeben Sie sich auf die gleiche Höhe wie der Verletzte: Knien Sie neben ihm oder beugen Sie sich herab.

Regel 4: Sprechen Sie und hören Sie zu.

Sprechen kann für den Verletzten gut sein.

Wenn der Betroffene redet, hören Sie geduldig zu.

Sprechen Sie von sich aus, möglichst in ruhigem Tonfall.

Auch zu Bewusstlosen, wenn sie atmen und in die stabile Seitenlage gebracht sind.

Vermeiden Sie Vorwürfe.

Fragen Sie den Verletzten: "Kann ich etwas für Sie tun?"

Informieren Sie hierüber gegebenenfalls die professionellen Helfer.

Wenn Sie Mitleid verspüren, ist es okay, das zu zeigen.