



## Anleitung zur Ersten Hilfe bei Unfällen

Ausführliche Informationen rund um die Erste Hilfe finden Sie auch auf den [Seiten der DGEH e.V.](#)

### A Grundsätze - Wichtige Angaben

- Ruhe bewahren
- Eigenen Schreck überwinden
- Erst denken, dann handeln
- Zusätzliche Schäden verhindern
- Unfallstelle absichern
- Hilfe herbeiholen
- Notruf
- Verletzten grundsätzlich nichts zu essen und zu trinken geben
- Verletzte möglichst nicht alleine lassen

#### Inhalt des Notrufes

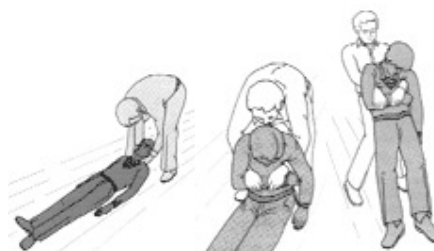
- |                                |  |
|--------------------------------|--|
| • Wo geschah es?               | • möglichst genaue Angabe des Unfallortes            |
| • Was geschah?                 | • Kurze Beschreibung des Unfallherganges             |
| • Wieviele Verletzte?          | • Angabe der Zahl der Verletzten                     |
| • Welche Art von Verletzungen? | • Lebensbedrohliche Verletzungen besonders schildern |
| • Wer meldet?                  | • Angabe des eigenen Namens                          |

### B Retten

Herausholen aus der Gefahrenzone bei Lebensgefahr mit Rautek-Rettungsgriff

Dieses kann erforderlich werden z.B. bei

- Bränden
- Ausströmen giftiger Gase
- Einsturzgefahr



### C Blutungen aus Wunden

Erkennen

Blutende Wunden können durch Kleidungsstücke oder durch die Lage des Verletzten verdeckt werden (z.B. Blutungen aus Rückenwunde in Rückenlage)

Druckverband

- Es blutet durch die Kleidung
- Die Blutflecken in der Kleidung vergrößern sich

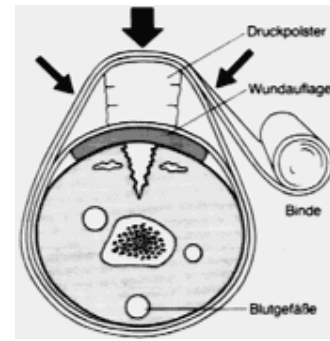
- Blut beginnt von der Kleidung abzutropfen
- Blut rinnt aus der Kleidung hervor

**Gefahr**

Verbluten unter den Anzeichen des Schocks

**Maßnahmen**

Jede Wunde keimfrei bedecken  
Fast alle Blutungen sind mit einem Verband oder Druckverband zu stillen



Druckverband m. Dreieckstuchkrawatte



Abdrücken am Oberarm



Abdrücken am Oberschenkel

Bedrohliche Blutungen aus Wunden			
am Arm	am Bein	am Kopf oder am Rumpf	bei Abtrennung / Teilabtrennung von Gliedmaßen
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hochhalten</li> <li>• Abdrücken</li> <li>• Druckverband</li> <li>• Im äußersten Notfall abbinden</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Abdrücken</li> <li>• Druckverband</li> <li>• Im äußersten Notfall abbinden</li> </ul>	Aufpressen auf die Blutungsstelle Druckverband, wenn die Körperstelle ihn zuläßt	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Wenn möglich hochhalten</li> <li>• Aufpressen auf die Blutungsstelle</li> <li>• Druckverband</li> <li>• Im äußersten Notfall abbinden</li> </ul>

## D Abriß von Körperteilen

- Abgetrenntes Körperteil nicht abwaschen
- So wie vorgefunden in keimfreies Verbandmaterial einwickeln
- In Plastikbeuteln mitgeben

## E Bewußtlosigkeit - Seitenlagerung

Eine Bewußtlosigkeit kann ausgelöst werden durch z.B.

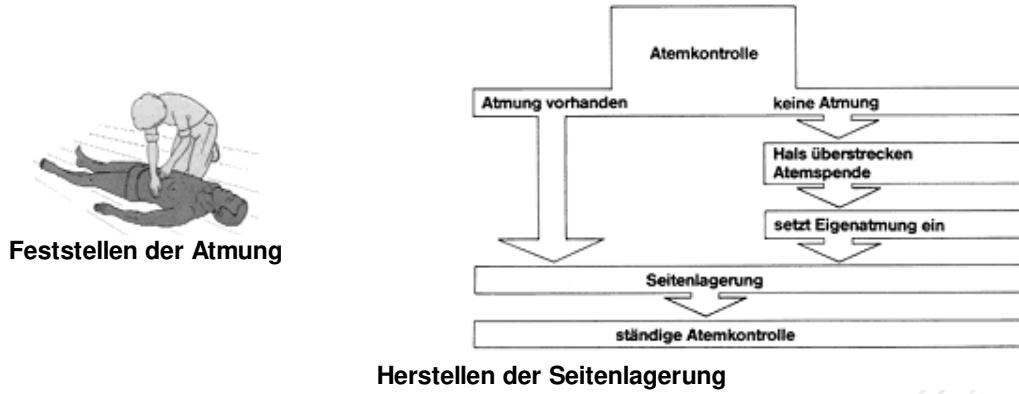
- Sauerstoffmangel
- Gewalteinwirkung auf den Kopf
- Vergiftung
- Witterungsbedingte Einwirkung (z.B. Hitze, Kälte)

**Erkennen**



Der Bewußtlose ist nicht ansprechbar

**Maßnahmen**

Feststellen der Atmung  
Seitenlagerung



## F Atemstillstand - Atemspende

<b>Grundsätzliches</b>	Bei Atemstillstand kann nur sofortige Beatmung Leben retten Sekunden entscheiden
<b>Erkennen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keine Atemgeräusche</li> <li>• Keine Atembewegungen</li> <li>• Auffallende Hautverfärbung</li> </ul>
<b>Gefahr</b>	Tod durch Sauerstoffmangel
<b>Maßnahmen</b>	Überstrecken des Halses zur Schaffung freier Atemwege Schon diese Maßnahme bewirkt in vielen Fällen die Atmung
<b>Überstrecken des Halses</b>	 <p>Andernfalls Atemspende:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mund-zu-Nase-Beatmung</li> <li>• Die Kopflage kann sich während der Atemspende verändern</li> <li>• in diesem Fall die Kopflage korrigieren</li> </ul>
<b>Mund-zu-Nase-Beatmung</b>	 <p>Bei ausbleibendem Erfolg</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mund-zu-Mund-Beatmung</li> </ul> <p>Bei ausbleibendem Erfolg</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Fremdkörper aus Mund und Rachen entfernen</li> <li>• Atemspende fortsetzen</li> </ul>

## G Kreislaufstillstand

<b>Maßnahme</b>	<b>Herz-Lungen-Wiederbelebung</b>
	<ul style="list-style-type: none"> <li>• jeweils 30 Herzdruckmassagen und 2 Atemspenden</li> <li>• bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes</li> </ul>

## H Schock - Schocklage

### Erkennen

### Schockanzeichen

- Schneller und schwächer werdender, schließlich kaum tastbarer Puls
- Fahle Blässe
- Kalte Haut
- Frieren
- Schweiß auf der Stirn
- Auffallende Unruhe

### Maßnahmen

Diese Zeichen treten nicht immer alle und nicht immer gleichzeitig auf

### Schockbekämpfung

- Blutstillung
- Selbsttransfusion
- Schocklage
- Wärmeverlust verhindern
- Nicht überwärmen
- Für Ruhe sorgen
- Tröstender Zuspruch
- Kontrolle von Puls und Atmung

Pulskontrolle am Handgelenk



Pulskontrolle am Hals



Schocklage



Anheben der Beine zum Blutrückstrom  
( Selbsttransfusion )

## I Verbrennungen

### Erkennen

- Schmerz
- Hautrötung
- Blasenbildung
- tiefergehende Gewebeschädigungen

Maßgebend für die Schwere der Verbrennung ist ihre flächenmäßige Ausdehnung und ihre Tiefe

### Gefahr

- Schock
- Infektion
- Verbrennungskrankheit

- **Störung der Atmung**

#### **Maßnahmen Bei brennender Kleidung**

- Brennende Person aufhalten und ablöschen
- Bekleidung, die mit heißen Stoffen (z.B. Teer, Asphalt, heiße Öle, Fette) behaftet ist, sofort entfernen oder mit Wasser ablöschen
- Heiße oder brennende Stoffe, die unmittelbar auf die Haut gelangt sind, nicht entfernen

#### **Bei Verbrühungen**

- Durchtränkte Kleidung sofort entfernen

#### **Bei Verbrennungen an den Gliedmaßen**

- Betroffene Gliedmaßen sofort in kaltes Wasser eintauchen oder unter fließendes kaltes Wasser halten, bis Schmerzlinderung eintritt
- Anschließend Brandwunde keimfrei bedecken (Brandwundenverbandpäckchen, Brandwundenverbandtuch o.ä.)

#### **Bei Verbrennungen am Körperstamm**

- Keimfreie Bedeckung mit Brandwundenverbandtuch, sonst mit frischem sauberem Leinentuch oder dergleichen

#### **Bei Gesichtsverbrennungen**

- Keine Wundbedeckung
- Keine Wasseranwendung

#### **Wärmeverlust verhindern, schonend zudecken**

**Dem ansprechbaren Verletzten in kleinen Schlucken zu trinken geben, möglichst Salzwasser (1 Teelöffel Kochsalz auf 1 Liter Wasser); jedoch nicht bei**

- Bewußtseinsstörungen
- Gesichtsverbrennungen
- Übelkeit
- Schock

#### **Atmung und Puls kontrollieren, bei Atemstillstand Atemspende**

#### **Notruf**

#### **Hinweis**

- **Beruhigungs- und Schmerzmittel darf nur der Arzt geben**
- **Keine Anwendung von Mehl, Pudern, Salben, Ölen usw.**
- **Auf keinen Fall alkoholische Getränke verabreichen**

---

## **K Unfälle durch elektrischen Strom**

**Niederspannung bis 1000 Volt, gewöhnlicher Haushaltsstrom im Haushalt und Gewerbe**

<b>Maßnahmen</b>	<p><b>Stromunterbrechung durch Ausschalten, Stecker ziehen, Sicherung herausnehmen</b></p> <p>Ist das nicht sofort möglich, Verunglückten durch nicht leitenden Gegenstand (z.B. trockene Holzlatte) von den unter Spannung stehenden Teilen trennen oder an seinen Kleidern wegziehen</p> <p>Sich dabei selbst isoliert aufstellen (z.B. trockenes Brett, trockene Kleider, dicke Zeitung), sonst nichts berühren(z.B. Wand, Gestell, andere Helfer)</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sofortige Ruhelage</li> <li>• Atmung und Puls kontrollieren</li> <li>• Bei Atemstillstand Atemspende</li> <li>• Bei Kreislaufstillstand Herz-Lungen-Wiederbelebung (Sonderausbildung) Bei Bewußtlosigkeit und vorhandener Atmung Seitenlagerung</li> <li>• Keimfreie Bedeckung der Brandwunden</li> </ul>
<b>Hochspannung</b>	über 1000 Volt, durch Warnschild mit Blitzpfeil gekennzeichnete Anlagen
<b>Maßnahmen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <u>Notruf</u>: Elektrounfall</li> <li>• Rettung aus Hochspannungsanlagen nur durch Fachpersonal</li> <li>• Erste Hilfe wie bei Niederspannung</li> </ul>
<b><u>Warnung</u></b>	<p>Keine Annäherung !</p> <p>Bei unbekannter Spannung mindestens 5 m Abstand</p>

---

## L Vergiftungen durch Einatmen, Kontakt oder Einnehmen

**Grundsatz** Selbstschutz beachten

<b>Maßnahmen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Bei Gaseinwirkung an frische Luft bringen</li> <li>• Bei Einwirkung von Reizstoffen absolute Ruhelage</li> <li>• Puls, Atmung und Bewußtsein kontrollieren</li> <li>• Bei Bewußtlosigkeit Seitenlage</li> <li>• Bei Atemstillstand Atemspen ( Ausnahme: Bei Pflanzenschutzmittel Beatmung mit Gerät )</li> <li>• Schockbekämpfung</li> <li>• Bei Erbrechen Hilfe leisten</li> <li>• Bei Kontaktgiften Haut abspülen</li> <li>• Notruf, dabei Giftstoff angeben</li> </ul>
------------------	--

**Besondere Maßnahmen bei Einwirkung bestimmter chemischer Stoffe siehe gesonderte Merkblätter**

---

## M Verätzungen

**Grundsatz** Selbstschutz beachten

**Maßnahmen** Bei Verätzungen der Haut

- Benetzte Bekleidungsstücke entfernen
- Unter fließendem Wasser spülen
- Notfalls ätzende Stoffe abtupfen

**Bei Verätzungen des Auges**

- Ausgiebig mit Wasser von der Nase her nach außen spülen

**Bei Verätzungen des Mundes, der Speiseröhre, des Magens**

- Niemals zum Erbrechen bringen
- Schockbekämpfung

---

---

## **N Knochenbrüche**

- Maßnahmen**
- Körperteil mit Bruchstelle nicht bewegen
  - Bei Verdacht auf Wirbelsäulenverletzungen Lage des Verletzten nicht ändern
  - Bei offenem Knochenbruch Wunde vorsichtig keimfrei bedecken
  - Ruhigstellung in vorgefundener Lage
  - Schockbekämpfung

---

---

## **O Verletzung der Gelenke**

Verstauchung, Verrenkung, Knochenbruch

- Maßnahmen**
- Kein Bewegungsversuch
  - Kein Einrenkungsversuch
  - Ruhigstellung des mediasurfverletzten Gelenkes durch Lagerung oder Fixierung ohne die augenblickliche Stellung zu verändern

---

---

**Lerne helfen - werde Ersthelfer**

---

---