

Kapitel 1

**Richtiges Verhalten bei
Unfällen und Notfällen**

Kapitel 2

**Lebensrettende
Sofortmaßnahmen**

Kapitel 3

Verletzungen/Wundversorgung

Kapitel 4

**Knochenbrüche und
Gelenkverletzungen**

Kapitel 5

**Schädigungen durch
extreme Temperaturen**

Kapitel 6

Elektrounfälle

Kapitel 7

Vergiftungen und Verätzungen

Kapitel 8

Akute Erkrankungen

Kapitel 9

Infektionskrankheiten

Kapitel 10

Kinderkrankheiten

**-Hinweise für Erste Hilfe
bei Kindernotfällen
und Sportunfällen
sind durch entsprechende
Symbole gekennzeichnet.**

Kapitel 1

Richtiges Verhalten bei Unfällen und Notfällen ...	8
- Verpflichtung zum Helfen	8
• § 323 c „Unterlassene Hilfeleistung“	8
- Anforderung an Helfende	9
- Was ist Erste Hilfe?	20
• Beispiele	20
- Eigene Sicherheit und Schutzverhalten	20
- Verhalten bei Verkehrsunfällen	21
- Unfallstelle sichern	21
- Retten aus akuter Gefahr	23
• Rettungsgriff	23
• Retten aus einem Kraftfahrzeug	25
- Erste Hilfe, wenn Personen eingeklemmt sind ...	27
• Technische Hilfe anfordern	27
- Auffinden von Verunglückten	27
• Die erste Kontaktaufnahme	27
• Verletzte ansprechen	27
• Pulskontrolle am Handgelenk	28
• Pulskontrolle am Hals	29
• Suchen nach Verletzungen	29
• Auf verdeckte Verletzungen achten	30
- Verletzte und Kranke zudecken	30
• Unterlegen einer Decke	30
- Betreuung und Zuwendung	32
- Notruf/Alarmierung des Rettungsdienstes	33
• Unfallmeldeeinrichtungen	33
• Notrufnummern	36
• Inhalt der Unfallmeldung	37
- Unfälle mit gefährlichen Gütern	38
- Rettungsdienst / Krankenhaus	39
- Die Rettungskette	39
- Rechtsfragen (Info)	40

Kapitel 2

Lebensrettende Sofortmaßnahmen	42
- Störungen des Bewußtseins	43
• Das ungestörte Bewußtsein	43
• Ursachen für Bewußtlosigkeit	43
• Erkennen der Bewußtlosigkeit	43
• Gefahren der Bewußtlosigkeit	43
• Maßnahmen bei Bewußtlosigkeit	44
- Atemkontrolle	45
- Herstellen der Seitenlage	46
- Helm abnehmen bei einem Motorradfahrer	49
• Warum den Helm abnehmen?	49
• Maßnahme: Abnehmen des Helmes	50
- Störungen der Atmung	53
• Die Atmung	53
• Erkennen eines Atemstillstandes	53
• Lebensgefahr durch Sauerstoffmangel	54
• Grundlagen der Atemspende	54
• Maßnahmen bei einem Atemstillstand	55
• Atemspende (Mund zu Nase)	56
• Atemspende (Mund zu Mund)	57
• Beatmung von Säuglingen und Kleinkindern ...	58
- Störungen von Herz und Kreislauf	59
• Das Herz-Kreislauf-System	59
• Das Herz	59
• Die Blutgefäße	60
• Das Blut	61
• Ursachen für Herz-Kreislauf-Störungen	61
• Erkennen eines Herz-Kreislauf-Stillstandes ...	61
• Voraussetzungen zur Durchführung	
Herz-Lungen-Wiederbelebung	62
• Funktion der Herz-Druck-Massage	63

- Maßnahmen zur Feststellung eines Herz-Kreislauf-Stillstandes	64
- Herz-Lungen-Wiederbelebung durch einen Helfer	65
• Druckpunkt aufsuchen	65
• Durchführung der Druckmassage	67
- Herz-Lungen-Wiederbelebung durch zwei Helfer	68
- Herz-Lungen-Wiederbelebung bei Kindern und Säuglingen	69
• Beenden der Wiederbelebung	70
- Gefahren durch Erstickten	71
• „Verschlucken“ von Fremdkörpern	71
• Maßnahmen bei Verschlucken	71
• Insektenstich im Mund-Rachenraum	72
• Ertrinken	72
- Störungen des Kreislaufes -Schock-	73
• Grundsätzliches zum Schock	73
• Ursachen für einen Schock	73
• Erkennen eines Schocks	74
• Maßnahmen bei einem Schock	75
• Schocklage	76
- Bedrohliche Blutungen	77
• Ursachen für bedrohliche Blutungen	77
• Gefahren durch bedrohliche Blutungen	77
• Erkennen bedrohlicher Blutungen	77
• Maßnahmen bei bedrohlichen Blutungen am Arm	77
• Der Druckverband	78
• Maßnahmen bei bedrohlichen Blutungen am Bein	79
• Maßnahmen bei bedrohlichen Blutungen an Kopf und Rumpf	79
• Schnellübersicht der Maßnahmen bei bedrohlichen Blutungen	80

- Amputationsverletzungen	80
- Kopfverletzungen	81
• Gehirnerschütterung	81
• Anhaltend tiefe Bewußtlosigkeit (Koma)	82
• Schädelbasisbruch	82
• Schädelbruch	83
• Maßnahmen bei schweren Kopfverletzungen ...	83
- Blutungen im Gesicht, in Mund und Rachen ...	83
- Bauchverletzungen	84
• Ursachen für Bauchverletzungen	84
• Erkennen von Bauchverletzungen	84
• Maßnahmen bei Bauchverletzungen	84
• Lagerung bei Bauchverletzungen	85
- Brustkorbverletzungen	85
• Erkennen von Brustkorbverletzungen	86
• Maßnahmen bei Brustkorbverletzungen	86
• Verlagerung von Verletzten mit Atemnot	87

Kapitel 3

Verletzungen / Wundversorgung	90
• Verletzungen durch Gewalteinwirkungen	90
• Gefahren durch Verletzungen	90
• Grundsätze der Wundversorgung	90
• Maßnahmen zur Wundversorgung	91
• Wundschnellverband	91
• Fingerkuppenverband	92
• Keimfreie Wundauflagen	92
• Streifenverband	93
• Verbandtuch	93
• Dreiecktuch	94
• Mullbinden	94
• Netzverband	95
• Verbandpäckchen	95

• Handhabung des Verbandpäckchens	96
• KFZ-Verbandkasten und Hausapotheke	97
• Fremdkörper in Wunden	98
• Fremdkörper im Auge	98
• Fremdkörper in Nase und Ohren	100
- Besondere Verletzungen und Blutungen	100
• Maßnahmen bei Nasenbluten	100
• Maßnahmen bei Krampfaderblutungen	101
• Maßnahmen bei Blutergüssen	101
• Hämorrhoidenblutungen	102
• Schußverletzungen	102
- Wundinfektionen und Tierbisse	103
• Tetanusinfektion	103
• Wundinfektionen durch Tierbißwunden	103
• Tollwutinfektion	103
• Schlangenbiß	104

Kapitel 4

Knochenbrüche und Gelenkverletzungen	106
- Knochenbrüche	106
• Die Funktion des Bewegungsapparates	106
• Ursachen von Knochenbrüchen	107
• Offene und geschlossene Brüche	107
• Erkennen eines Knochenbruches	108
• Gefahren bei Knochenbrüchen	109
• Allgemeine Maßnahmen bei Knochenbrüchen	109
- Ruhigstellungsmaßnahmen	109
• Ruhigstellung von Beinbrüchen	110
• Ruhigstellung von Hand-, Arm-, Schulterbrüchen	111
• Erste Hilfe bei Rippenbrüchen	112
• Erste Hilfe bei Beckenbrüchen	112

• Erste Hilfe bei Wirbelbrüchen	112
- Gelenkverletzungen	114
• Verstauchung	114
• Verrenkung	114
• Maßnahmen bei Gelenkverletzungen	115

Kapitel 5

Schädigungen durch extreme Temperaturen	118
• Erste Hilfe bei Hitzeerschöpfung	118
• Erste Hilfe bei Hitzschlag	118
• Erste Hilfe bei Sonnenstich	119
• Erste Hilfe bei Unterkühlung	120
• Erste Hilfe bei Erfrierungen	122
- Verbrennungen und Verbrühungen	123
• Beurteilung einer Verbrennung	123
• Maßnahmen bei Verbrennungen	124
• Gesichtsverbrennungen	125
• Hilfe bei einem Sonnenbrand	125

Kapitel 6

Elektrounfälle	128
• Gefahren durch elektrischen Strom	128
• Maßnahmen bei Elektrounfällen im Haushalt und in Betrieben	129
• Unfälle im Hochspannungsbereich	130
• Maßnahmen bei Hochspannungsunfällen	131

Kapitel 7

Vergiftungen und Verätzungen	134
- Erste Hilfe bei Vergiftungen	134
• Ursachen für Vergiftungen	134
• Erkennen einer Vergiftung	135

• Maßnahmen bei Vergiftungen	136
• Informationszentrale für Vergiftungen	137
• Erste Hilfe bei Vergiftungen durch Gase	137
• Vergiftung durch Kohlenmonoxid	137
• Erstickten durch Kohlendioxid	138
- Verätzungen	139
• Maßnahmen bei Hautverätzungen	139
• Maßnahmen bei Augenverätzungen	139
• Maßnahmen bei Verätzungen im Magen-Darm-Bereich	140

Kapitel 8

Akute Erkrankungen	142
- Herzerkrankungen	142
• Herzinfarkt	142
• Erkennen eines Herzinfarktes	143
• Maßnahmen bei einem Herzinfarkt	143
• Angina pectoris	144
• Allgemeine Herzschwäche	144
- Gefäßverschlüsse an den Extremitäten	145
- Schlaganfall	146
• Erkennen eines Schlaganfalls	146
• Maßnahmen bei einem Schlaganfall	146
- Asthma bronchiale	147
• Erkennen des Asthma bronchiale	147
• Maßnahmen bei Asthma bronchiale	147
- Zuckerkrankheit	148
• Diabetisches Koma	148
• Maßnahmen bei Diabetischem Koma	148
• Die Unterzuckerung	148
• Maßnahmen bei einer Unterzuckerung	149
- Baucherkrankungen	149
• Maßnahmen bei akuten Baucherkrankungen ...	150

Kapitel 9

Infektionskrankheiten	152
• Allgemeines über Krankheitserreger	152
• Infektionsgefahr	153
• Eintrittspforten der Krankheitserreger	154
• Ansteckungsgefahren	154
• Immunisierung	155
• Schutzimpfung	155
• Impfschutz	157
• Inkubationszeit	157
• Krankheitsverlauf	157
• Fieber messen	158
• Allgemeine Maßnahmen bei Infektionskrankheiten	160

Kapitel 10

Kinderkrankheiten	162
- Infektionskrankheiten	162
• Diphtherie	162
• Keuchhusten	162
• Masern	163
• Meningitis (Hirnhautentzündung)	164
• Mumps	165
• Pseudokrupp / Epiglottitis	166
• Röteln	166
• Scharlach	167
• Windpocken	168
- Plötzlicher Kindstod (SIDS)	169

Anhang 1

- **Impfkalender** 171
-

Anhang 2

- **Informationszentralen bei Vergiftungen** 173
-

Anhang 3

- **DIN 13164 - KFZ-Verbandkasten** 174
-

Anhang 4

- **DIN 13157 - Betriebsverbandkasten** 175
-

Anhang 5

- **Fremdwörterverzeichnis** 176
-

Anhang 6

- **Hinweise zum Umgang
mit behinderten Menschen** 182
-

Anhang 7

- **Informationen über das Rote Kreuz
und den Blutspendedienst** 184
-