

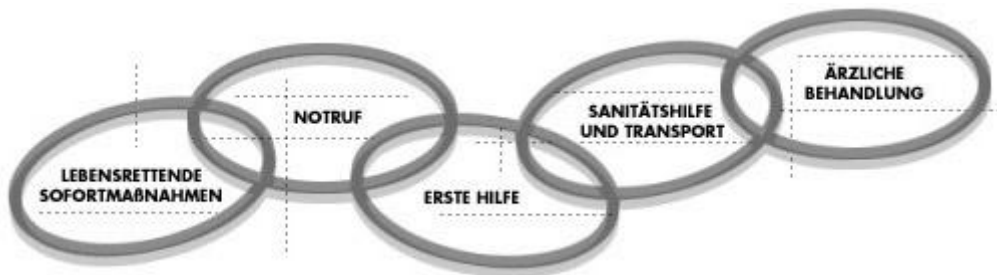
Erste Hilfe

Die ersten Minuten zählen!

Manchmal kommt der Atem zum Stillstand, und das Herz bleibt einfach stehen. Hört auf zu schlagen. Dann entscheiden die ersten Minuten: Zwar kann ein Mensch 30 Tage lang ohne Nahrung überleben und drei Tage ohne Wasser - aber nur drei Minuten ohne Sauerstoff.

Denn wenn das Herz steht und deshalb mit dem Blut kein Sauerstoff mehr ins Gehirn gepumpt wird, sterben die Zellen des Gehirns ab. Hält ein ausgebildeter Ersthelfer mit Beatmung und Herzmassage den Kreislauf in Gang, bis die Rettung eintrifft, kann er das Leben retten. Aber nur jeder zehnte Österreicher beherrscht die wenigen einfachen Handgriffe, die ihn zum Lebensretter machen können. Dabei kann jeder von uns jeden Tag Opfer eines Unglücks sein. Oder eben Retter.

Der Ablauf der Hilfeleistungen etwa nach einem Unfall kann wie eine Kette gesehen werden, die aus fünf Gliedern besteht. Die einzelnen Maßnahmen greifen wie Kettenglieder ineinander und dienen dem Ziel, einem Betroffenen bereits am Unfallort die notwendige Hilfe zu leisten und sicherzustellen, dass er innerhalb kürzester Zeit in ärztliche Behandlung gelangt. Der Ersthelfer wird im Bereich der ersten drei Glieder tätig.



1

ERSTES GLIED - LEBENSRETTENDE SOFORTMAßNAHMEN

Darunter versteht man alle Hilfeleistungen, die unmittelbar der Erhaltung des Lebens eines Schwerverletzten, akut lebensbedrohlich Erkrankten oder Vergifteten dienen. Sie müssen in folgenden Notfällen durchgeführt werden:

Gefahrenzone	Absichern, Bergen
Bewusstlosigkeit	Stabile Seitenlage
Atemstillstand	Beatmung
Kreislaufstillstand	Beatmung und Herzmassage
Starke Blutung	Blutstillung
Schock	Schockbekämpfung

2

ZWEITES GLIED - EINEN NOTRUF VERANLASSEN

Der Notruf muss folgende Informationen enthalten:

Wo ist der Unfallort?
Was ist geschehen?
Wie viele Verletzte?
Wer ruft an?
Feuerwehr 122

Polizei 133
Rettung 144

3

DRITTES GLIED - WEITERE ERSTE HILFE LEISTEN

Den Verletzten vor zusätzlichen Schädigungen und Gefahren bewahren

Wunden versorgen

Die Schmerzen durch sachgerechte Lagerung oder andere Hilfeleistungen lindern

Den Verletzten betreuen, trösten und Zuversicht ausstrahlen, aber keine Diagnose stellen

Unbedachtes und falsches Eingreifen Dritter verhindern

4

VIERTES GLIED - SANITÄTSHILFE UND TRANSPORT

5

FÜNFTES GLIED - ÄRZTLICHE BEHANDLUNG