

Wenn etwas passiert, sollte man Folgendes wissen:

Unfall unterwegs: Telefonnummer 110
 Rettungsdienst daheim: Telefonnummer 112
 Die eigene Nummer:

Das aller aller aller Wichtigste:
Ruhig bleiben!!!!

(anschließend darf durchgedreht
 werden 😊)

(Die Telefonnummer 19222 oder ähnliche gibt es bald nicht mehr, also gleich vergessen!)

- Erst Rettungsdienst rufen, dann Erste Hilfe leisten!
- Rettungsdienst einweisen lassen, von Oma, Nachbarn... wenn man alleine ist, beim Verletzten bleiben!

Wiederbelebung bei Kindern unter 1 Jahr

1. Beginnt mit 5x Beatmen (Nase + Mund), kein Kopf überstrecken, nicht tief Luft holen – Kleinkinder haben ein viel kleineres Lungenvolumen, normal atmen und sogar vorher etwas ausatmen und erst dann das Kind beatmen
2. Dann 30x mit dem Ring- und Mittelfinger zwischen den Brustwarzen - Brustwarzenlinie- 2cm reindrücken (in 1 Sekunde sollten man 2x drücken, in 1 Minute 100 – 120x)
3. Anschließend 2x Beatmen - 30x Drücken - 2x Beatmen - 30x Drücken usw. bis der Rettungsdienst kommt

Merke: 5x Beatmen - 30x Drücken - 2x Beatmen - 30x Drücken - 2x Beatmen usw.

Wiederbelebung bei Kindern über 1 Jahr

gleich mit 30x Herzdruckmassage beginnen, gestreckter Handballen, rechtwinklig zur Brust und anschließend 2x Beatmen usw.

Merke: 30x Drücken - 2x Beatmen - 30x Drücken - 2x Beatmen usw.

Verbrennungen

- **Körperstamm:** wenn Haut geschlossen ist, mit lauwarmen Tuch abtupfen
- **Gliedmaßen:** wenn Haut geschlossen ist, 15 min unter kaltes Wasser – Kälte muss mehr wehtun, als der Verbrennungsschmerz
- Wenn Haut offen ist, dann steril abdecken – Metallinefolie!

Nicht unter die kalte Dusche stellen! Kein Mehl!

Vergiftungen (Tabletten usw.)

- **Bei „Bewusstlosigkeit:** besser nicht erbrechen, Gift kommt sonst in die Lunge, da Schutzreflexe nicht mehr funktionieren
- **Bei Bewusstsein:** Kind soll selber den Finger reinstecken und erbrechen

- Keine Milch als „Brechbeschleuniger“ benutzen, bewirkt genau das Gegenteil
(da Milch eine Öl-Wasser-Emulsion ist, wird das Gift gebunden und noch schneller ins Blut transportiert)
- Medikament sicher aufbewahren!

Verätzungen (Putzmittel usw.)

- Wasser trinken lassen, damit der Mageninhalt verdünnt wird – nicht erbrechen
- Reinigungs- und Putzmittel usw. sicher aufbewahren

Ersticken (Wespen, Bienen)

- **Sofort Kühlen von außen:** nasses, kaltes Tuch (T-Shirt) um den Hals legen
- **Sofort Kühlen von innen:** mit kaltem Wasser/Getränk gurgeln, Eiswürfel lutschen
- **Keine Atmung mehr:** Herzmassage + Beatmung
- Kein Kuli, Schlauch o.ä. einführen!!
- Bienen: konzentrierteres Gift als Wespen, sticht 1 Mal
- Wespen: stechen mehrmals

Geschlossene Getränke mit Röhrchen verwenden, Bienen und Wespen kriechen wohl nicht ins Röhrchen. Nicht aus Dosen trinken lassen!

Verschlucken von Teilen (Lego)

- **Wenn das Kind noch Luft bekommt = Teil ist in der Speiseröhre:** Erbrechen, wenn es nicht raus kommt, holt der Arzt es mit der Zange raus
- **Wenn das Kind keine Luft mehr bekommt = Teil ist in der Luftröhre:**
 1. Husten lassen bzw. Husten provozieren indem man zwischen die Schulterblätter klopft mit der flachen Hand, wenn es nicht rauskommt, dann:
 2. Über die Knie legen, nie mit dem Bauch, sondern nur mit der Brust aufs Knie legen, dann Husten lassen bzw. provozieren, mit flacher Hand zwischen die Schulterblätter schlagen

(durch das Schlagen zwischen die Schulterblätter wird die Luftröhre in Schwingungen versetzt und das provoziert den Husten)
 3. Kind macht Fäuste vor der eigenen Brust, man stellt sich dahinter und drückt die Fäuste zusammen
 4. Wenn es immer noch drin ist und das Kind bewusstlos wird: Druckmassage + Beatmung

Gehirnerschütterung

- Bei einer nicht auskurierten Gehirnerschütterung, kann es sogar nach 5 Jahren noch zu Epilepsie oder Migräne kommen
- Neurologische Abklärung (EEG, Ultraschall) bei Gedächtnislücken, Erbrechen/Übelkeit, wenn Kinder benommen wirken
- Schlag auf den Nasenrücken sehr gefährlich, Blut aus Ohren – sofort Rettungsdienst

Bitte auch einen Verbandskasten für daheim anlegen, stets Vorbild sein zwecks Helmtragen beim Radfahren, nie Heftpflaster auf die Wunde kleben, denn das besteht nur aus Chemie und rupft die Wunde nach Entfernen eh wieder auf, Kinder immer im Auto anschnallen + Kindersitz, nie vorne sitzen lassen, Teenager über Komasaufen + Drogen rechtzeitig aufklären...