

DRES. MED. DAGMAR HOFMANN | ULRICH HOFMANN

# ERSTE HILFE

Kinder schnell und richtig behandeln



DRES. MED. DAGMAR HOFMANN | ULRICH HOFMANN

# ERSTE HILFE

Kinder schnell und richtig behandeln



Unsere eBooks werden auf kindle paperwhite, iBooks (iPad) und tofino vision 3 HD optimiert. Auf anderen Lesegeräten bzw. in anderen Lese-Softwares und -Apps kann es zu Verschiebungen in der Darstellung von Textelementen und Tabellen kommen, die leider nicht zu vermeiden sind. Wir bitten um Ihr Verständnis.



# DAS MUSS EIN NOTRUF ENTHALTEN

---

## **WO IST ES PASSIERT?**

- Genaue Adresse und Zufahrtsweg

## **WAS IST GESCHEHEN?**

- Unfall, akute Erkrankung

## **WIE IST DIE SITUATION?**

- Wie viele Verletzte?

## **WELCHE VERLETZUNGEN ODER ERKRANKUNGEN?**

- Art der Verletzungen/Erkrankungen
- Alter der Verletzten/Erkrankten
- Was wird noch gebraucht? (Polizei/Feuerwehr)

## **WARTEN AUF RÜCKFRAGEN**

- Erst auflegen, wenn keine Fragen mehr und keine telefonische Hilfe mehr geleistet wird



## DRES. MED. ULRICH & DAGMAR HOFMANN

»Erste Hilfe am Kind liegt uns schon seit vielen Jahren besonders am Herzen, weil besonnenes Handeln im Notfall die Grundvoraussetzung ist, um Schaden von unseren Kindern abzuwenden.«



## EIN WORT ZUVOR

Jede Notfallsituation bei Kindern ist eine außergewöhnliche Belastung: Man möchte helfen, aber auch nichts falsch machen. Aus dieser Angst bringen viele ihr Kind so schnell wie möglich ins Krankenhaus, statt selbst zu handeln. So geht leider kostbare Zeit verloren: Verspätete Hilfe ist die Hauptursache für schwere Folgeschäden.

Erste-Hilfe-Maßnahmen beim Kind sind nicht schwer zu erlernen. Sie können sie im Notfall ohne viele Hilfsmittel rasch durchführen. Am wichtigsten ist, dass Sie im entscheidenden Moment Ruhe bewahren und mit gesundem Menschenverstand handeln. Deshalb ist es wichtig, dass Sie sich bereits vorher mit den wichtigsten Grundlagen der Notfallbehandlung bei Kindern beschäftigt haben: Notfälle im Kindesalter haben häufig andere Ursachen als Unfälle bei Erwachsenen. Auch die Behandlung des Kindes muss seinem Alter angepasst sein.

In diesem Buch können Sie zum einen Ihr Wissen über das richtige Verhalten im Notfall auffrischen und so einmal Erlerntes auch nach längerer Zeit sicher und effektiv anwenden. Darüber hinaus bietet Ihnen das Buch auch im »Ernstfall« Hilfe: Sie können bei einem Notfall schnell nachschlagen und sicher und richtig handeln.

Sie finden außerdem viele wertvolle Hintergrundinformationen, die zum Verständnis beitragen und damit das Handeln erleichtern. Aktuelle Änderungen in der Herz-Lungen-Wiederbelebung sind ebenso berücksichtigt wie neueste Handlungsempfehlungen bei verschiedenen Krankheitsbildern.

Das Buch hilft Ihnen, bei kleinen und großen Notfällen im Kinderalltag nicht den Kopf zu verlieren und schnell, sicher und richtig zu handeln – zum Wohle Ihres Kindes.



Two handwritten signatures in black ink. The first signature on the left is written in a cursive style and appears to be 'Dagmar Hoff'. The second signature on the right is also cursive and appears to be 'Kerstin Hoff'.



## WAS ALLE ELTERN WISSEN SOLLTEN

HIER FINDEN SIE INFORMATIONEN DAZU, WELCHE SYMPTOME ALARMSIGNALE DES KLEINEN KÖRPERS SEIN KÖNNEN. SIE ERFAHREN, WELCHE MASSNAHMEN SIE BEI NOTFÄLLEN DURCHFÜHREN SOLLTEN UND WIE SIE FÜR KLEINERE PANNEN, ABER AUCH FÜR ERNSTHAFTE ZWISCHENFÄLLE OPTIMAL GERÜSTET SIND.



## DAS BESTE HOFFEN – AN ALLES DENKEN

Ob ein harmloser Unfall beim Spielen oder ein Atemwegsinfekt: Kinder sind körperlich anfälliger als wir Großen. Natürlich hoffen Sie als Eltern, dass Ihrem Kind nie etwas Schlimmes zustößt. Aber Sie sollten auf Situationen vorbereitet sein, in denen schnelles, richtiges Handeln Ihrem Kind Schmerzen erspart oder das Leben rettet.

Sie als Eltern sollten über anwendungsbereites Wissen aus einem Kurs für Erste Hilfe an Kindern verfügen (Adressen siehe >). Dieses Buch kann einen Kurs nicht ersetzen, da viele Handlungsabläufe – vor allem für lebensbedrohliche Situationen – nicht nur verstanden, sondern auch praktisch geübt werden müssen. Aber es kann Ihnen helfen, diese Kenntnisse von Zeit zu Zeit aufzufrischen – und im Notfall einen kühlen Kopf zu bewahren und vorhandenes Wissen richtig umzusetzen.

## Gut vorbereitet: Die Hausapotheke

Eine wichtige Rolle bei der raschen Versorgung kleinerer und größerer Wunden spielt eine gut bestückte Hausapotheke. In vielen Familien hapert es jedoch an der Ausstattung. Die meisten Hausapotheken enthalten häufig lediglich Reste verschiedener Medikamente, einige Pflasterstreifen und ein Fieberthermometer. Verbandszeug, wie man es für die Erstversorgung einer stärker blutenden Wunde benötigt, befindet sich meist nur im Autoverbandkasten – und der ist häufig nicht schnell genug greifbar, wenn sich ein Kind in Haus oder Garten verletzt.

### Die Grundausrüstung

Damit Sie für alle Eventualitäten gerüstet sind, besorgen Sie sich am besten einen Autoverbandkasten und bringen ihn in der Hausapotheke unter. Außerdem sollte eine gut ausgestattete Hausapotheke elastische Binden, eine Desinfektionslösung und vier vorgefertigte Tücher für Umschläge enthalten. (Man kann diese einfach aus alten Betttüchern nähen, waschen, heiß bügeln und dann in einer Plastikfolie aufbewahren.) Mit dieser Ausrüstung sind Sie für alle kleineren und auch größeren Verletzungen Ihrer Kinder gerüstet.

Zusätzlich ist eine Pinzette zum Entfernen von Holzsplittern praktisch, auch die Zeckenzange oder Zeckenkarte und eine Taschenlampe zur Pupillenkontrolle nach Kopfverletzungen dürfen nicht fehlen.

Da Kinder häufig unter Infekten leiden, sollten ein digitales Fieberthermometer und Fieberzäpfchen für die entsprechende Altersstufe vorhanden sein, ebenso abschwellende Nasentropfen und ein pflanzlicher Hustensaft. Ein Gel gegen Insektenstiche (Sie können auch eine aufgeschnittene frische Zwiebel verwenden) und eine Heil- und Wundsalbe sind ebenfalls hilfreich.

Bedarfsmedikamente, die wegen Pseudokrapp oder Fieberkrämpfen verschrieben wurden, müssen selbstverständlich ebenfalls vorrätig sein. Ein Einmalklistier ist empfehlenswert, wenn Ihre Kinder häufig aufgrund von Verstopfungen Bauchschmerzen haben.

## INFO

### **VORBEUGEN IST WICHTIG!**

Es ist für Sie als Eltern wichtig, die Umgebung Ihrer Kinder möglichst von unnötigen Gefahren freizuhalten. Wie Sie Unfällen mit elektrischem Strom, giftigen Substanzen und Wasser vorbeugen können, lesen Sie bitte unter den entsprechenden Überschriften ab > nach. Auch unsere Grafik in der vorderen Umschlagklappe gibt wichtige Hinweise zur Gestaltung einer kindersicheren Umgebung.

## AUF EINEN BLICK: DIE HAUSAPOTHEKE

Im Alltag mit Kindern gibt es immer wieder kleinere Wunden, die verbunden werden müssen. Auch Fieber und Erkältung gehören einfach dazu.

Da ist es gut, im Notfall auf eine gut ausgestattete Hausapotheke zurückgreifen zu können.

### VERBANDSMITTEL

- alles, was ein handelsüblicher Autoverbandkasten enthält
- Kinderpflaster in Streifen
- Pflaster in Bahnen
- nicht brennende Desinfektionslösung
- 3 elastische Binden
- 4 vorgefertigte Tücher für Umschläge
- 1 Pinzette

### GERÄTE UND HILFSMITTEL FÜR KLEINE NOTFÄLLE

- 5 sterile Kanülen
- Zeckenzange oder Zeckenkarte
- Taschenlampe
- digitales Fieberthermometer
- Fieberzäpfchen für den Notfall (altersentsprechend)
- pflanzlicher Hustensaft
- abschwellende Nasentropfen
- Heil- und Wundsalbe
- Kühlgel gegen Insektenstiche, Sonnenbrand oder eine Allergie
- Einmalklistier
- Wärmflasche mit Überzug
- Hausmittel, etwa Material für Wickel

## **MEDIKAMENTE WEGEN BESTIMMTER ERKRANKUNGEN IN DER FAMILIE**

- Medikamente, die wegen einer aktuellen Erkrankung vom Hausarzt verschrieben wurden
- Medikamente oder Materialien, die wegen einer bekannten Erkrankung (etwa einer Allergie) benötigt werden

## **WICHTIG**

### **KINDERSICHER AUFBEWAHREN!**

Die Hausapotheke sollte grundsätzlich an einem kindersicheren Ort aufbewahrt werden, der aber allen Erwachsenen im Haushalt bekannt ist. Überprüfen Sie regelmäßig, ob sämtliche Medikamente und Materialien noch vorrätig und haltbar sind!

## Hilfe, ein Notfall!

Die wichtigste Voraussetzung für erfolgreiche Hilfe in einem Notfall ist, dass Sie nicht in Panik geraten, sondern Ihre Maßnahmen ruhig und sicher durchführen und dem verletzten Kind das beruhigende Gefühl geben, dass Sie die Situation unter Kontrolle haben.

### Was ist ein Notfall?

Als Notfälle bezeichnet man aus medizinischer Sicht schwere Unfälle, lebensbedrohliche akute Erkrankungen oder Vergiftungen – also alle Situationen, in denen die lebensrettenden Sofortmaßnahmen siehe ab > eingesetzt werden müssen.

Bei jedem Notfall besteht die Gefahr, dass der Körper des Verunglückten nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt wird. Eine oder mehrere lebenswichtige Funktionen – dazu zählen Bewusstsein, Kreislauf, Atmung und Organerhaltung – können von einer lebensbedrohlichen Störung betroffen sein. Wird eine solche Störung nicht rechtzeitig beseitigt, greift sie auf die anderen Systeme über, sodass schließlich mehrere lebenswichtige Funktionen beeinträchtigt sind oder sogar vollständig ausfallen. Diese Entwicklung können Sie mit dem Einsatz der lebensrettenden Sofortmaßnahmen verhindern. Die dazu nötigen Handgriffe sind zum Beispiel in einem Erste-Hilfe-Kurs leicht zu erlernen, laufen immer nach einem ganz bestimmten, festen Schema ab und können von einer einzigen Person ohne weitere Hilfsmittel durchgeführt werden.

# WICHTIG

## DIE AUFGABEN VON ERSTHELFERN

Wenn Sie als Erster an einem Unfallort eintreffen, ist es wichtig, dass Sie rasch Hilfsmaßnahmen einleiten. Gehen Sie nach folgendem Schema vor:

- Zunächst müssen alle etwaig noch vorhandenen Gefahren für das Kind und für die eigene Gesundheit beseitigt werden (zum Beispiel die Unfallstelle absichern oder jemanden aus einem brennenden Haus retten; achten Sie dabei unbedingt auf ausreichenden Selbstschutz!).
- Versuchen Sie, den Zustand des Kindes zu stabilisieren, indem Sie lebensrettende Sofort- und Erste-Hilfe-Maßnahmen anwenden.
- Erst dann holen Sie durch einen Notruf (112) möglichst schnell medizinisches Fachpersonal zu Hilfe, das Transport und Behandlung übernimmt.

## Was ist zu tun, wenn ein Kind verletzt ist?

Wenn Sie als Ersthelfer mit einem verletzten oder kranken Kind konfrontiert werden, ist es wichtig, dass Sie ruhig bleiben. Laufen Sie nicht kopflos zum Telefon, um einen Notruf zu tätigen, sondern orientieren Sie sich kurz über die Situation. Sprechen Sie zuerst das Kind an, um herauszufinden, ob akute Lebensgefahr besteht: Reagiert das Kind auf Ansprache oder ist es bewusstlos? Ist vielleicht ein Atemstillstand siehe > oder sogar ein Herz-Kreislauf-Stillstand siehe > eingetreten? Beseitigen Sie Gefahrenquellen und entfernen Sie das Kind notfalls aus dem Gefahrenbereich – aber nur, wenn es die Situation unbedingt erfordert.

# WICHTIG

## EINEN NOTRUF MACHEN

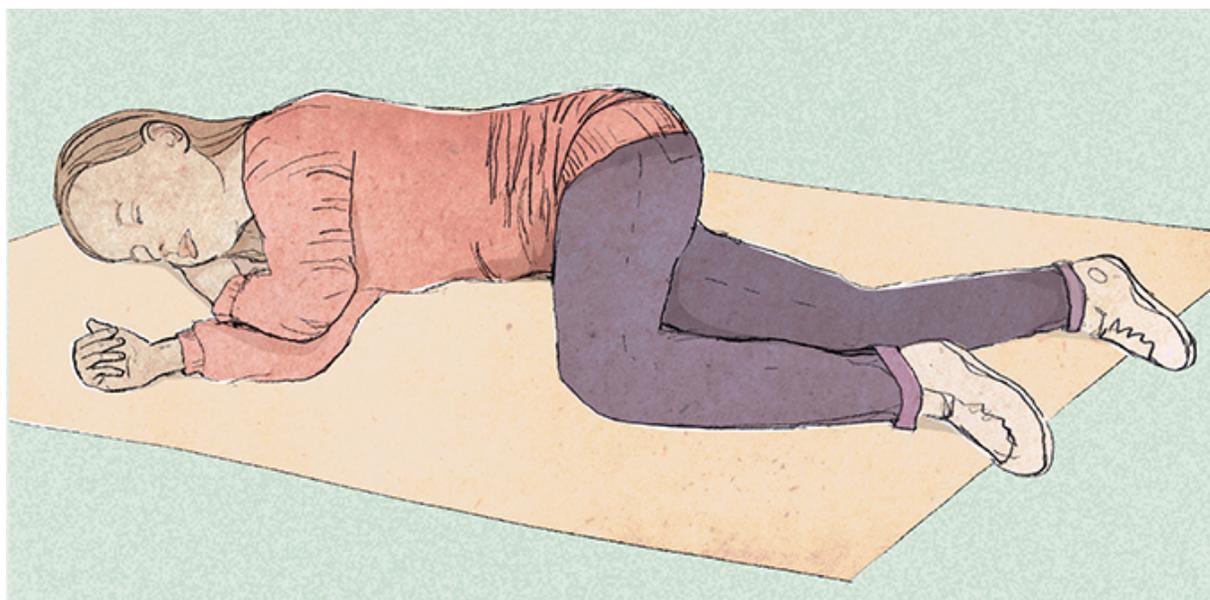
Damit professionelle Rettungskräfte im Notfall schnell und effektiv helfen können, ist es wichtig, sie möglichst präzise über die Situation zu unterrichten. Beantworten Sie bei einem Notruf daher immer die folgenden fünf W-Fragen!

- **Wo** ist es passiert? Geben Sie die genaue Adresse an und beschreiben Sie den Zufahrtsweg für Rettungskräfte so genau wie möglich! Was ist geschehen? War es ein Unfall? Wann ist er passiert? Handelt es sich um eine Erkrankung? Seit wann besteht sie?
- **Wie** ist die Situation? Wie viele Verletzte gibt es?
- **Was** für Verletzungen bestehen oder welche Erkrankungszeichen liegen vor (zum Beispiel Ersticken, Krampfanfall, stärkere Blutung, Schock, Vergiftungszeichen, Bewusstlosigkeit, Atemstillstand, Kreislaufstillstand)?
- **Wie** alt sind die Verletzten oder Erkrankten?
- Was wird sonst noch gebraucht (Polizei oder Feuerwehr)?
- **Warten** auf Rückfragen. Bitte unbedingt warten und erst einhängen, wenn der Gesprächspartner keine Fragen mehr hat oder keine telefonische Hilfe mehr leisten kann!

## Allein oder mit mehreren Helfern am Unfallort

Sind Sie zu zweit am Unfallort, kann nun ein Helfer den Notruf absetzen und danach bei der Versorgung der Verletzten helfen oder den Rettungswagen einweisen, falls der Unfallort schwer zu finden ist. Wenn Sie allein sind, rufen Sie laut um Hilfe (etwa im Hausflur) und kümmern sich

zuerst um das verletzte Kind, bis Verstärkung eintrifft. Ist das Kind bewusstlos oder sein Bewusstsein stark eingetrübt, müssen Sie umgehend die lebensrettenden Sofortmaßnahmen durchführen siehe ab >. Setzen Sie erst dann einen Notruf ab, wenn Sie das Kind eine Minute lang wiederbelebt haben oder, wenn Atmung und Kreislauf noch funktionieren, nachdem Sie es in die stabile Seitenlage siehe > gebracht haben.



Ein bewusstloses Kind, dessen Atmung und Kreislauf noch funktionieren, lagern Sie am besten in der stabilen Seitenlage. Auf diese Weise sind die Atemwege frei.