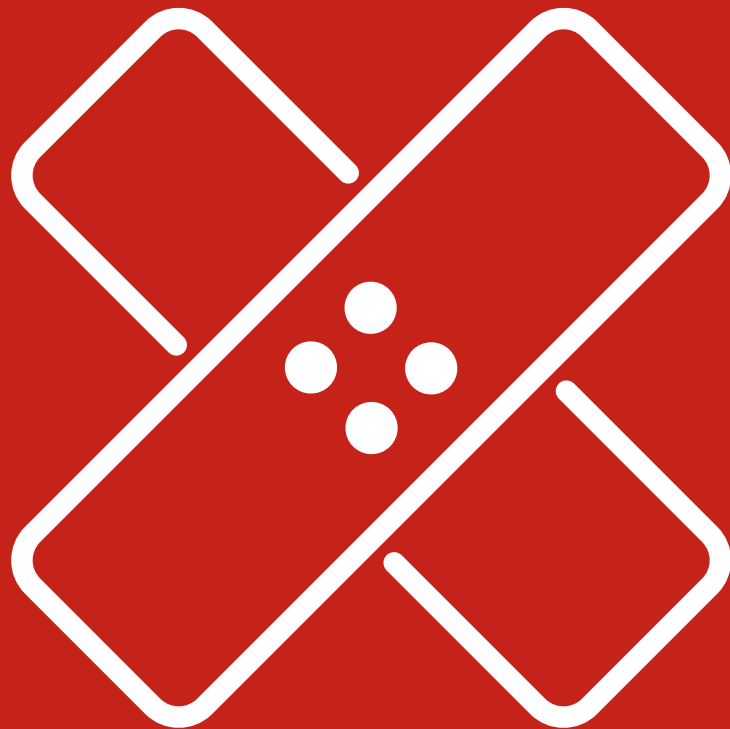



Was tun im Notfall?

Erste Hilfe für Kinder



Inhalt

	Im Notfall gilt: Ruhig Blut bewahren	4
	Notrufnummer 144 – für alle medizinischen Notfälle	6
	Wundversorgung	7
	Nasenbluten	8
	Sturz / Verstauchung / Knochenbruch	9
	Verschlucken	10
	Insektenstiche	12
	Verbrennung	13
	Fieber	14
	Ertrinken	16
	Vergiftung	17
	Stromschlag	18

Im Notfall gilt: Ruhig Blut bewahren

**Zeigen Sie im Notfall Zivilcourage.
Nur nichts tun ist falsch!**

Bin ich selber in Sicherheit?

- Begeben Sie sich bei der Ersten Hilfe in keine selbstgefährdende Situation
- Sichern Sie den Unfallort ab
- Betreten Sie keine gashaltigen Räume

Ist die betroffene Person ansprechbar?

Ja

Blutungen? Schmerzen?
Situationsgerecht helfen → **Notruf 144**

Nein

«Hilfe» rufen

Atmet die bewusstlose Person?

Ja

Stabile Seitenlage → **Notruf 144**,
regelmässige Atemkontrolle

Nein

Notruf 144 → Drücken Sie – auf der
Mitte des Brustbeins – in 15 Sekunden
30 mal den Brustkorb mit dem Hand-
ballen um 1/3 des Umfangs in Richtung
Wirbelsäule und beatmen Sie das Kind
anschliessend 2 mal durch Mund und
Nase, indem Sie diese mit Ihrem Mund
umschliessen. Fahren Sie so fort, bis pro-
fessionelle Hilfe vor Ort ist.

Falls Defibrillator (AED) vorhanden:
einschalten und nach Anweisung vorgehen



Notrufnummer 144 – für alle medizinischen Notfälle

- **Wo** ist der Unfallort?
- **Wer** ist der Anrufer?
- **Wie** lautet die Rückrufnummer?
- **Was** ist genau passiert?
- **Wann** ist der Unfall passiert?
- **Wie viele** Personen sind betroffen?
- **Weiteres:** Gibt es besondere Gefahren? Zum Beispiel Benzin oder Strom? Ist die Unfallstelle gesichert?

Beenden Sie den telefonischen Notruf 144 erst, wenn dieser Ihnen bestätigt, Sie verstanden zu haben.

Auf Nummer sicher gehen

Speichern Sie die wichtigsten Notruf-Nummern auf Ihrem Festnetz- und Mobiltelefon. Lieber jetzt als gleich:

Sanitätsnotruf	144
Toxikologischer Info-Dienst	145
REGA	1414
Polizei	117
Feuerwehr	118
Europäischer Notruf	112



Wundversorgung

Kleine Schürfungen und oberflächliche Schnitt-, Riss- oder Quetschwunden:

- Wunde mit nicht alkoholischem Desinfektionsmittel reinigen und desinfizieren
- Wundverband (Heftpflaster oder Gaze mit Verband)

Bei tiefen und grossen Wunden, anhaltendem und pochendem Schmerz, Eiterabsonderung und ausweitender Rötung:

- Sofort den Arzt aufsuchen

Bei schweren Blutungen:

- Umgehend die Notrufnummer 144 wählen
- Druck auf die Wunde ausüben, bis Hilfe eintrifft. Vorzugsweise mit einer sterilen Kompresse oder Ihrer Hand, einem T-Shirt, Handtuch etc. – mit allem, was Sie auf die Wunde pressen können, um die Blutung zu verlangsamen



Nasenbluten

Nasenbluten ist in den meisten Fällen harmlos – ein Alltagsleiden und ganz einfach zu stoppen:

- Aufrechte Sitzhaltung einnehmen (senkt den Druck in den Blutgefäßen)
- Kopf nach vorne beugen
- Beide Nasenflügel 5 bis 10 Minuten zusammendrücken
- Einen mit kaltem Wasser gekühlten Waschlappen auf den Nacken legen (keine Eiskompressen verwenden wegen Frostbeulen-Gefahr)
- Blut ausspucken, nicht schlucken (verschlucktes Blut führt zu Übelkeit)



ACHTUNG

Hält das Nasenbluten länger als 30 Minuten an oder leidet das Kind an häufigem Nasenbluten, ist es ratsam, zum Arzt zu gehen.



Sturz/Verstauchung/ Knochenbruch

Ein Sturz muss nicht immer schlimme Folgen haben. Gehen Sie aber immer auf Nummer sicher. Grundsätzlich gilt:

- Die verletzte Stelle ruhigstellen und unnötige Bewegungen verhindern
- Bei Verdacht auf Verletzungen an Kopf, Brustkorb, Oberarm, Wirbelsäule, Becken, Bauchraum oder Oberschenkel sofort die Notrufnummer 144 wählen. Insbesondere, wenn der Puls ansteigt und das Kind kaltschweissig und blass wird
- Bei Verstauchungen und Prellungen hilft Kühlen



ACHTUNG

Suchen Sie einen Arzt auf oder alarmieren Sie den Notruf 144, wenn:

- der verletzte Bereich deutlich verformt und sehr schmerzhaft ist
- die eigenständige Fortbewegung nicht möglich ist
- das Kind das Gehen oder Stehen auf den Beinen verweigert
- das Kind die betreffenden Körperteile nicht bewegt (Schonhaltung)



Verschlucken

Hat sich Ihr Kind verschluckt, entfernen Sie den Fremdkörper so schnell wie möglich:

- Husten, husten und nochmals husten
- Bei Kindern im Schulalter 5 Heimlich-Manöver durchführen: Fassen Sie mit den Armen von hinten um den Bauch und bilden Sie eine Faust, die Sie mit der anderen Hand festhalten. Ziehen Sie nun ruckartig Ihre beiden Hände mit einer Aufwärtsbewegung zurück. Wiederholen Sie dieses Manöver bis zu 5 Mal.



ACHTUNG!

Bei Erstickungsgefahr umgehend Notruf 144 alarmieren.

Erste Hilfe bei Babys, die zu ersticken drohen:

- Baby mit dem Gesicht nach unten auf Ihren Oberschenkel oder Unterarm legen, sodass sein Kopf unter Brustkorbhöhe liegt
- Beim Säugling und Kleinkind 5 Schläge mit der flachen Hand auf den Rücken zwischen die Schulterblätter. Der Oberkörper sollte dabei nach vorne gebeugt sein.
- Mit 2 Fingern 5 Mal in die Brustmitte, knapp unter der Brustwarzenlinie, drücken
- Wiederholen, bis der Fremdkörper ausgestossen wird oder das Kind hörbar weint



ACHTUNG!

Babys niemals schütteln!



Insektenstiche

Ein Wespen-, Bienen-, Hornissen- oder Hummelstich führt bei Nichtallergikern zu mehr oder weniger schmerzhaften und juckenden Rötungen und Schwellungen. Abgesehen davon gibt es keine erwähnenswerten Nebenwirkungen. Daher:

- Stachel mit einer Pinzette entfernen. Nicht ausdrücken
- Stichstelle kühlen
- Bei bekannter Allergie eigene Medikamente einnehmen
- Stiche im Lippen- und Mundbereich sind prinzipiell gefährlich, weil die Schleimhäute schnell anschwellen können. Das kann zu Atemnot führen. In diesem Fall die Notrufnummer 144 wählen



ACHTUNG!

Bei einer Insektengiftallergie gilt:
Bei einer schweren allergischen Reaktion kann ein allergischer Schock auftreten, der Blutdruck kann fallen und die Atemwege können blockiert werden. Suchen Sie in diesem Fall umgehend ärztliche Hilfe auf oder rufen Sie bei intensivem Verlauf die Notrufnummer 144 an.



Verbrennung

Wenn es heiss zu und her geht, gilt es, einen kühlen Kopf zu bewahren:

- Verbrennungen sollten so schnell wie möglich mindestens zehn Minuten lang mit kaltem Wasser gekühlt werden
- Etwaige Brandblasen nicht öffnen
- Wunde mit einem sterilen Verband versorgen
- Muss die Wunde zusätzlich medizinisch versorgt werden, decken Sie diese locker mit einer Plastikfolie oder einem sauberen Plastikbeutel ab
- In schweren Fällen die Notrufnummer 144 alarmieren



ACHTUNG!

Besondere Vorsicht ist bei der Kühlung von grossen Verbrennungen oder Verbrennungen bei Säuglingen und Kleinkindern erforderlich, um keine Unterkühlung auszulösen.

Belassen Sie die Wunde wie sie ist. Auch Kleidungsstücke, Schmuck etc. nicht entfernen. Das Entfernen könnte die Verletzung verschlimmern.



Fieber

Kinder entwickeln deutlich häufiger Fieber als Erwachsene. Es ist eine Schutzreaktion des Körpers gegen Viren und Bakterien. Meistens verläuft Fieber harmlos und dauert wenige Tage.

Grundsätzlich gilt:

- Messen Sie regelmässig die Temperatur (morgens, mittags, abends)
- Gönnen Sie Ihrem Kind Ruhe
- Versuchen Sie, das Fieber mit handwarmen (nicht kalten) Wadenwickeln zu senken
- Sorgen Sie dafür, dass Ihr Kind viel trinkt (ungesüsste Getränke)

Kontaktieren Sie Ihren Hausarzt noch am selben Tag, wenn:

- weitere Symptome wie Erbrechen oder Durchfall hinzukommen
- sich das Bewusstsein des Kindes verändert und es nicht wie gewohnt auf Sie reagiert

- das Fieber bei Kindern oder Erwachsenen über 39 Grad steigt und länger als 3 Tage dauert
- das Fieber nach Auslandsreisen, Schwindel, Benommenheit oder Atembeschwerden auftritt
- das Fieber bei Säuglingen über 38.5 Grad ist



ACHTUNG!

Alarmieren Sie den Notruf 144

- bei Fieberkrampf oder Nackensteife
- wenn weitere Symptome wie Erbrechen oder Durchfall hinzukommen (insbesondere bei Säuglingen)
- wenn Säuglinge beginnen, ungewohnt und schrill zu schreien
- wenn das Kind anhaltende Zuckungen zeigt, die durch Anfassen nicht zu stoppen sind



Ertrinken

Bei Verdacht auf Ertrinken, alarmieren Sie sofort die zuständige Aufsichtsperson (Bademeister, Strandwache oder den Notruf 144)

- Springen Sie nicht unüberlegt ins Wasser, um zu helfen
- Werfen Sie dem Ertrinkenden Auftriebshilfen zu (z. B. Petflasche, Fussball, Luftmatratze)
- Ist das Kind ansprechbar, nasse Kleidung ausziehen und in warme Decke hüllen. Langsam aufwärmen
- Ist das Kind bewusstlos und atmet es normal, in die stabile Seitenlage bringen
- Ist das Kind bewusstlos ohne normale Atmung, mit der Herzdruckmassage beginnen (Herzdruckmassage und Beatmung mit dem Rhythmus 30:2 beginnen)



ACHTUNG!

Kleinkinder ertrinken häufig lautlos, ohne vorherig erkennbare, eindeutige Anzeichen. Kleinkinder müssen immer in Griffnähe sein.

Benützen Sie im Falle eines Herz-Kreislauf-Stillstands bei einem Ertrinkungsunfall einen Defibrillator (AED), soweit vorhanden, und achten Sie darauf, dass der Untergrund frei von Flüssigkeit (Wasser) ist.



Vergiftung

Kinder nehmen gerne alles Mögliche in den Mund. Nicht alles ist gesund, deshalb:

- Stellen Sie fest, was eingenommen wurde. Wann? Und wie viel?
- Rufen Sie so rasch wie möglich das Tox-Zentrum (145) an und befolgen Sie die Anweisungen
- Bei auffälligem Verhalten, eintretender Bewusstlosigkeit oder Atemnot sofort den Notruf 144 alarmieren
- Nehmen Sie beim Arztbesuch die Pflanze, Chemikalie, den Pilz oder das in Verdacht stehende Gift mit



ACHTUNG!

Sofern vom Tox-Zentrum nicht anders angewiesen:

- Auf keinen Fall das Erbrechen herbeiführen
- Keine Getränke verabreichen; auch keine Milch



Stromschlag

Erleidet Ihr Kind einen Stromschlag, gilt es – auch zum Eigenschutz –, so rasch wie möglich den Stromkreis zu unterbrechen:

- Stecker ziehen oder Hauptsicherung herausnehmen
- Kind mit einem trockenen und nicht leitenden Gegenstand (Holz, Leder ...) von der Stromquelle trennen
- Stammt der Stromschlag von einer Hochspannungsleitung, betreten Sie deren Umgebung nicht, bis diese werkseitig abgeschaltet wurde



ACHTUNG!

Strommarken (punktförmige Verbrennungen) können auf schwere innere Verletzungen und auf eine Herzrhythmusstörung hinweisen. Rufen Sie deshalb immer den Notruf 144.

Die wichtigsten Notrufnummern

Sanitätsnotruf	144
Toxikologischer Info-Dienst	145
REGA	1414
Polizei	117
Feuerwehr	118
Europäischer Notruf	112