Erste Hilfe FreshUp

ZWAR Rheinbach

Dozent:
Ben Fabry
✉ erstehilfe@a-s-b.eu 0228 96 300 41

ASB Arbeiter-Samariter-Bund

Auf Sicherheit achten



- Unfallsituation
- Warnblinker
- Warnweste
- Warndreieck

Wo ist Ihre Warnweste/-dreieck?

Der Notruf



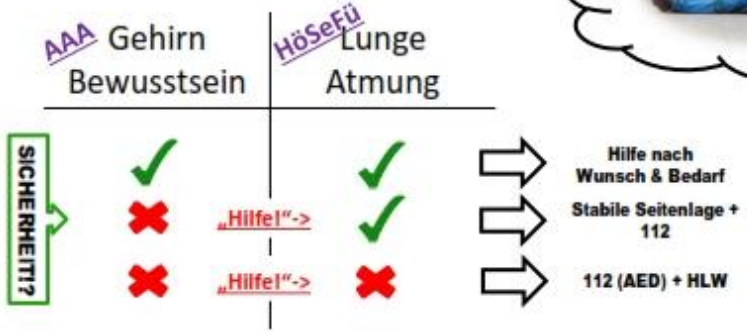
Schnell andere einbeziehen.



Beantworten Sie die Fragen des Leitstellenmitarbeiters.

Helfen ist einfach!





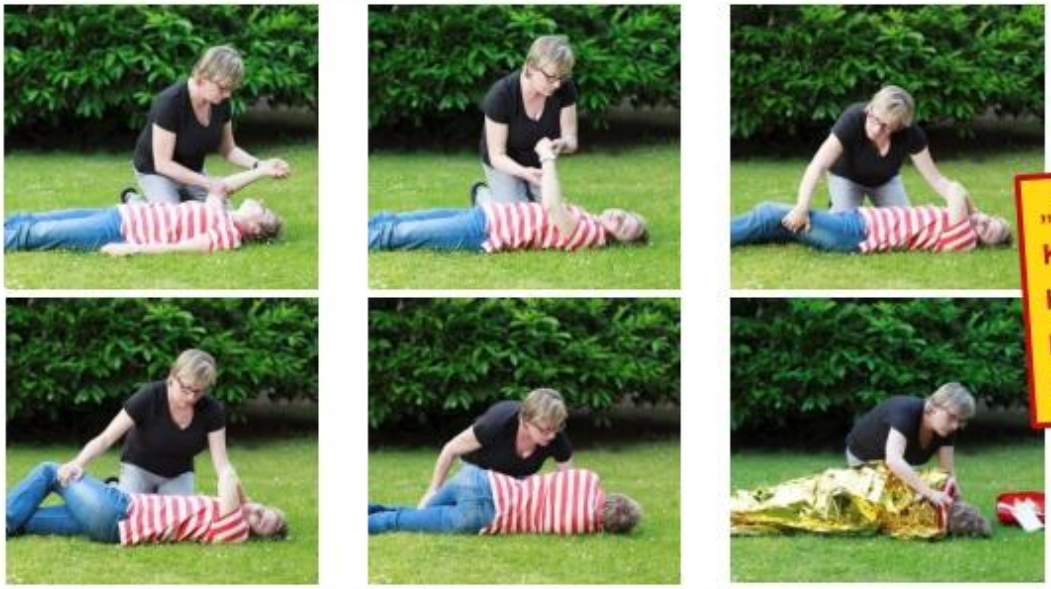
www.a-s-b.eu

Grafik erstellt durch: B. Fabry

Notfall
– Helm ab!



Stabile Seitenlage



„K K K K“
Kaktus
Kuscheln
Knie
Küsschen

Drücken - Pusten - Strom



- 30 x
- Mitte Brustkorb
- feste drücken
- „stayin´ alive“



- 2 x
- Kopf überstreckt
- bis sich der Brustkorb hebt



- 2 Helfer
- Anweisungen des AED befolgen

Der typische Altersturz…

…wird nicht durch unglückliche Umstände,
Bananenschalen oder Glatteis verursacht,
sondern…geschieht bei ganz normalen Alltagsaktivitäten!

Stürze im Seniorenalter

- 4-5 Mio. Stürze bei Senioren jährlich
- 1/3 der gestürzten Personen sind älter als 65 Jahre
- 1/2 der gestürzten Personen sind Älter als 80 Jahre
- 50% der Stürze ohne Folgen
- 30-40% mit Hämatomen und/oder Prellungen
- 5-10% schwerere Verletzungen
- 5% Knochenbrüche

Maßnahmen bei Stürzen

Vor dem Aufstehen prüfen:

- Wie stark sind die Schmerzen?
- Fühlt man alles?
- Lässt sich alles bewegen?
- Fühlt sich alles normal an (Fehlstellung)?

Maßnahmen bei Stürzen

Maßnahmen bei schweren Verletzungen

(bspw. Oberschenkelhalsfraktur):

- In der vorgefundenen Liegeposition stabilisieren
- Verletzung kühlen
- Beruhigender Zuspruch
- Wärmeerhalt
- Vitalfunktionen laufend überprüfen
- **Notruf** immer absetzen

Maßnahmen bei Stürzen

Maßnahmen bei leichten Verletzungen

(bspw. Verstauchung, Bänderriss):

P ause
E is
C ompression
H och lagern

- **ggf. Notuf**

„Compression“ ausschließlich durch den Verletzten

Herzinfarkt

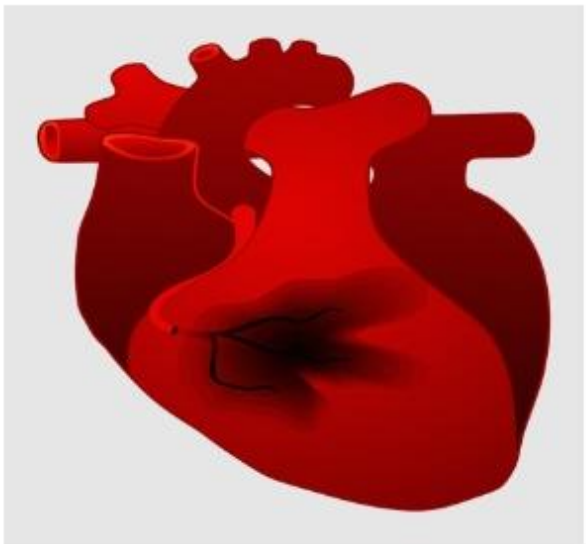


Mögliche Anzeichen

- Beklemmung im Brustbereich
- Blässe, Kaltschweißigkeit
- Übelkeit
- Schmerzen im Brustbereich
- ausstrahlende Schmerzen in:
  Arme, Schultern, Rücken,
  Oberbauch, Nacken, Unterkiefer
- Angst
- Atemnot

20% mit atypischen Symptomen

Herzinfarkt



Mögliche Gefahren

- Kreislaufstillstand

Was ist zu tun?

- beruhigen
- beengende Kleidung lockern
- halbsitzend mit erhöhtem
  Oberkörper lagern

sofort Notruf 112

Bluthochdruck (Hypertonie)





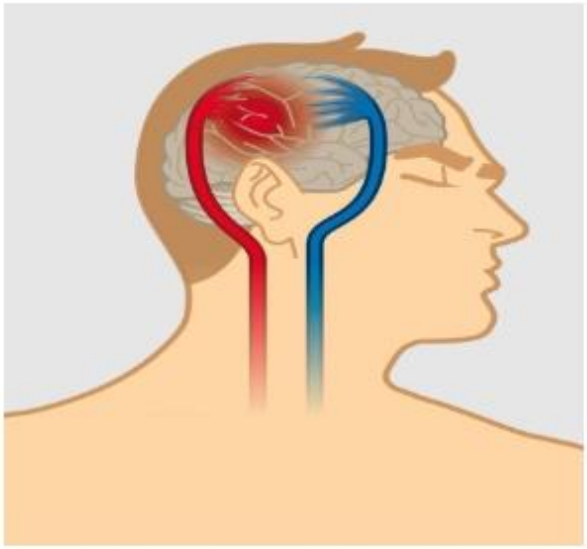




Maßnahmen

- Beruhigen
- Stress reduzieren
- Sitzen / Oberkörper erhöht
- Blutdruck messen
- ggf. kalte Getränke
- ggf. Notfallmedikamente einnehmen
- ggf. Notruf 112

Schlaganfall



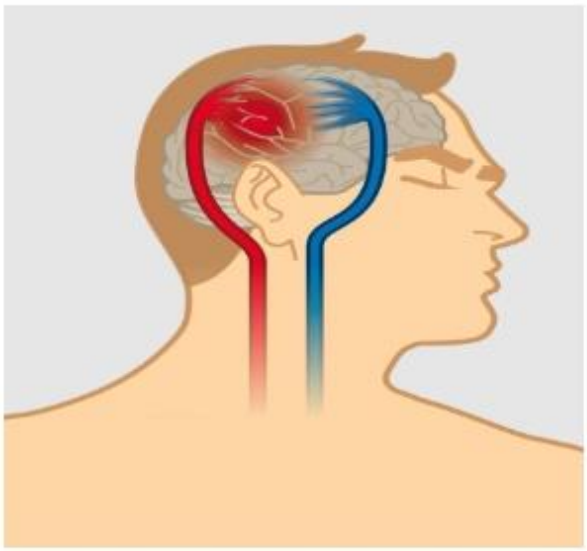
Mögliche Anzeichen

- Sehstörungen
- Sprach- und Verständnisstörungen
- Lähmung/Taubheitsgefühl
- Hängender Mundwinkel
- Schwindel mit Gangunsicherheit
- Kopfschmerzen
- Übelkeit

Gefahren

- Bewusstlosigkeit

Schlaganfall



F ace

A rm

S peech

T ime

sofort Notruf 112

Rückmeldungen und Fragen



Bitte geben Sie uns eine Rückmeldung:

- Was hat Ihnen gefallen?
- Was hat Ihnen nicht gefallen?

Gerne auch per Mail an:

➢ **Erstehilfe@ a-s-b.eu**

www.a-s-b.eu

Die Erste Hilfe App des ASB





- Erste-Hilfe-Infos für die Jackentasche
- hilfreiche Tipps für den Alltag und für Notfälle
- Infos zu den Angeboten des ASB in meiner Nähe
- freiwillig aktiv werden
- **kostenlos** für iPhone (App Store) und Android (Google Play Market)

www.a-s-b.eu

Geschenk gesucht?

Dann haben wir da etwas für Sie!
Vielleicht für …
…die Oma, die jetzt babysitten soll?
…zum 18. Geburtstag des Enkels, der den Führerschein erwerben möchte?
…die junge Familie zur Geburt?

Wie wäre es hier mit einem
Geschenkgutschein über einen Erste Hilfe Kurs?

www.a-s-b.eu

Jetzt mithelfen und Mitglied werden!



Mehr als 1 Million Menschen unterstützen den ASB bundesweit bereits mit ihrer Mitgliedschaft und machen so viele unserer Projekte erst möglich.

Sie helfen uns zu helfen.

Hier und jetzt.

Dabei profitieren ASB-Mitglieder selbst von unseren Serviceleistungen wie dem Erste-Hilfe-Jahresgutschein, dem kostenlosen ASB-Magazin, dem SMS-Unwetterwarndienst des ASB oder dem Internationalen Ambulanz-Service.

www.a-s-b.eu

Dr. Tom in der Kindertagesstätte









Spielerisch wird den Kindern die Angst vor dem Arztbesuch, der Fahrt im Rettungswagen oder dem Krankenhaus genommen.

Sie können in das große Auto hinein gehen und dürfen alles anfassen. Auch das Blaulicht und die Trage sind kein Tabu.

Alle Fragen beantwortet Dr. Tom kindgerecht.

www.a-s-b.eu

Erste Hilfe am Hund





In vier Stunden lernen Sie hier das Notwendige, um Ihrem Hund oder auch einem anderen schnell helfen zu können, wenn es darauf ankommt.

www.a-s-b.eu