

## Erweiterte Erste Hilfe

Je nach Situation den Notruf absetzen (Delegieren an Zuschauer möglich und sinnvoll)

- **Unfallursache feststellen**
- **Eigenschutz**
  - Unfallort sicher? (Absichern, Bergen,...)
  - Ansteckungsgefahr (Handschuhe, Beatmungstuch/maske,...)
- **Wie viele Verletzte?** (Triage durchführen)
- **Lebensbedrohliche Blutung**
  - Hochhalten
  - Druck in die Wunde
  - Abdrücken
  - Druckverband
  - Abbindung
- **Bewusstsein**
  - Ansprechen
  - Berühren
  - Schmerzreiz
- **Atmung**
  - Freimachen der Atemwege (ausräumen, wenn notwendig)
  - Kopf überstrecken – Hören, Sehen, Fühlen – mind. 10 sec
- **Kreislauf** (Puls tasten)
- **Head to Toe** (Untersuchung von Kopf bis Fuß auf weitere Verletzungen)
  - Knochenbrüche (Motorik, Durchblutung, Sensibilität prüfen)- wenn notwendig, schienen
  - Kleinere Blutungen stoppen
- **Lagerung**
  - Stabile Seitenlage
  - Kopfverletzung – ca. 30° Kopf und Oberkörper hochlagern
  - Bauchverletzung – Oberkörper hochlagern, Beine angewinkelt
  - Schockzustand – Beine hochlagern
- **Schutz vor Witterungseinflüssen** (Aludecke, Isolation vom Untergrund,...)

Atmung und Kreislauf **fortlaufend** kontrollieren, wenn nötig

- **Herz-Lungen-Wiederbelebung** (30 Herzdruckmassagen – 2 Beatmungen)