Mitteilungen

Objekttyp: **Group**

Zeitschrift: **Magglingen : Monatszeitschrift der Eidgenössischen Sportschule Magglingen mit Jugend + Sport**

Band (Jahr): **41 (1984)**

Heft 7

PDF erstellt am: **28.05.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Notfall-Blatt für Wanderung/Tour am

Ein Unfall ist passiert – was tun?

1. Den Kopf nicht verlieren

In Ruhe die Unfallsituation überblicken und die nötigen Massnahmen anordnen; Einsatz der Helfer organisieren.

2. Sofortmassnahmen treffen und anordnen:

● **Weitere Unfälle verhindern:**

Absperren, Platzorganisation, Verantwortlichen für die nichtbeschäftigten Lagerteilnehmer bezeichnen, «Gaffer» wegschicken.

● **Erste Hilfe leisten:**

Lagerung, lebensrettende Sofortmassnahmen, Überwachen der Verletzten.
(Siehe Rückseite)

● **Alarmieren:**

Arzt, Krankenwagen, Polizei, Rettungskolonne, Rettungsflugwacht.

● **Spuren sichern**

Namen und Adressen von Zeugen notieren, Lage von Verletzten und Gegenständen markieren, keine Spuren verwischen! (Sie können für Dich auch eine Entlastung sein!)

● **Transportieren:**

Fixation und Abtransport nur dann, wenn der Verletzte unbedingt mit behelfsmässigen Mitteln transportiert werden muss. (Zum Beispiel Unfallort für Arzt/Krankenwagen/Helikopter nicht erreichbar.)

3. Informieren

● **Lagerleitung:**

Orientierung, was vorgefallen ist; Besprechen der weiteren Massnahmen, insbesondere bezüglich Fortführung des Lagers (Programmänderungen).

● **Leiter der betroffenen Organisation:**

Falls nicht erreichbar: Stellvertreter, Vorstandspräsident... Er kann «zu Hause» alles Notwendige erledigen und Dir auch sonst mit Rat und Tat zur Seite stehen.

● **Angehörige des Verunfallten:**

Eventuell über Vereinsleiter, Arzt, Pfarrer, jedoch möglichst rasch!
(Es ist peinlich, wenn Spital oder Polizei schneller sind!)

Unnötige Unfall-Alarme verhindern!

Damit man keinen Unfall annehmen muss, bei Verspätungen, unvorhergesehener Routenumstellung, falsch geschätztem Zeitplan, verpasstem Treffpunkt usw., rechtzeitig Meldung machen!

Ersatz-Treffpunkt _____

_____

_____

von _____ bis _____ Uhr

Meldung an _____

_____

_____

Tel.-Nummer _____

von _____ bis _____ Uhr

Tel.-Nummer _____

von _____ bis _____ Uhr

Wichtige Telefon-Nummern Adressen

Organisationsleiter _____

_____

Lager _____

Abgemachte Notruf-Nummer _____

Wann besetzt _____

Nächster Arzt _____

_____

Spital _____

Polizei _____

Weitere Adressen:

_____

_____

_____

Helikopterrettung:	J + S	041 96 22 22
	Übrige	01 47 47 47

Richtig melden!

(Notiere Dir die Angaben, bevor Du zum Telefonhörer greifst!)

WER meldet _____

_____

WAS ist WANN passiert: _____

_____

WO ist der Unfall passiert (wenn schwierig zu erklären, Treffpunkt angeben, zum Beispiel eine Strassenkreuzung, die leicht zu finden ist)

_____

_____

Koordinaten: / _____

WIEVIELE Personen sind WIE verletzt?
(Wohnort, Name, Jahrgang der Verunfallten)

_____

_____

_____

WOHER melde ich _____
(Wetter, Hindernisse)

Tel.-Nr. für Rückrufe: _____

Mit Genehmigung des Schweizerischen Samariterbundes.

Lebensrettende Sofortmassnahmen

Wenn Minuten über ein Leben entscheiden, musst Du vorher genau wissen, was zu tun ist. Das lernt man im Nothilfekurs, der unter anderem auch von den Sektionen des Schweizerischen Samariterbundes regelmässig durchgeführt wird.
Aber noch ehe Du mit der Hilfe beginnen kannst, musst Du – immer den vorliegenden Umständen entsprechend – folgende Überlegungen anstellen und sie auch ausführen:

1. Weitere Gefahren beachten
2. Sich selbst schützen
3. Die Unfallstelle absichern
4. Den Verletzten aus der Gefahrenzone retten

Damit Du weisst, wie Du dem Verletzten helfen kannst, musst Du ihn zuerst beobachten. Beantworte – der Reihe nach – die folgenden vier Fragen:

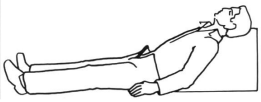
1. G ibt der Verletzte Antwort?
2. A tmet er?
3. B lutet er?
4. I st sein Puls normal?

Mit diesen vier Fragen beurteilst Du die drei unmittelbar lebenswichtigen Organsysteme:

Gehirn – Lunge – Herz

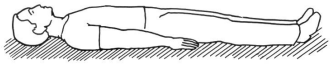
1. Der Patient antwortet

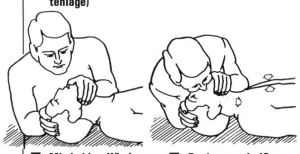
Symptome:	Kopfschmerzen Schwindelgefühle Verwirrtheit bis Bewusstlosigkeit, Krämpfe	Lähmungen	Hochroter Kopf, git fühlbarer, beschleunigter Puls, trockene, heisse Haut	Rücken-, Beckenschmerzen Lähmungen an Beinen, Armen	Bauchverletzungen	Hustenreiz/ Atemnot	Verletzter spuckt eventuell hellrotes, schaumiges Blut. Eventuell Atemgeräusch aus der Wunde
deuten auf:	Sonnenstich	Hirnschlag	Hitzschlag	Wirbelsäulenverletzungen		Brustverletzungen	
Was tun?	Oberkörper hochlagern Kleider öffnen, kalte Umschläge			Verletzten liegen lassen, wie er ist, notfalls flache Lagerung Droht Bewusstlosigkeit: Seitenlagerung (sorgfältig!)	bei sichtbaren Verletzungen steriler Deckverband Rücken- oder besser Seitenlage mit angezogenen Beinen	Oberkörper hochlagern In jedem Fall: Dauernd überwachen, da Gefahr von Schock und Bewusstlosigkeit	



2. Der Patient antwortet nicht – atmet er?

Symptome:	Atmung weder sichtbar noch spürbar noch hörbar oder	Atmung sehr rasch und oberflächlich Lippen blau verfärbt
Mögliche Ursachen:	■ Falsche Lagerung oder falsche Kopfhaltung beim Bewusstlosen ■ Verlegte Atemwege (Fremdkörper, Erbrochenes usw.)	■ Bei Eingeschlossenen: Mangel an Sauerstoff ■ Brustverletzung, Einklemmung ■ Atemlähmung bei Vergiftungen (Rauch, Gas)
Was tun?	Sofort mit dem Mund beatmen! ■ Patienten auf den Rücken legen (notfalls Seitenlage)	





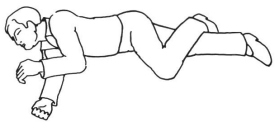
■ Mit beiden Händen den Kopf weit nach hinten strecken, Unterkiefer gegen Oberkiefer drücken

■ Beginnen mit 10 rasch aufeinanderfolgenden Beatmungsstössen (dazwischen jedoch ausatmen lassen)

■ Weiterfahren im normalen Atemrhythmus (12- bis 15mal pro Min.)
■ Kontrolle der Ausatmung mit Auge und Ohr
■ Mundinspektion, nur bei erschwerter Beatmung (Fremdkörper entfernen)
■ Beatmung fortsetzen, bis der Patient wieder selber kräftig atmet
■ Atmet der Patient wieder selbständig: Seitenlage und laufend beobachten

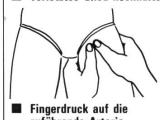
3. Der Patient ist bewusstlos

Ursachen	Schädigung des Gehirns durch Sauerstoffmangel,	Vergiftung oder Verletzung.
Gefahren	Schluckreflex und Hustenreflex fehlen beim Bewusstlosen meistens.	Die Atemwege werden durch die zurückfallende Zunge, durch Fremdkörper (Prothese) oder Blut und Erbrochenes verlegt.
Was tun?	■ Nichts zu trinken geben!	■ Den Bewusstlosen in Seitenlange bringen, Kopf nach hinten, Gesicht schräg nach unten (freier Abfluss aus dem Mund!) Wichtig: Die Seitenlage hat den Vorrang vor allen anderen Lagerungen: auch bei Wirbelsäulenverletzung, bei Schock und bei Bauchverletzungen sofort Seitenlage, wenn Bewusstlosigkeit besteht oder droht. ■ Schutz vor Witterung ■ Den Patienten dauernd überwachen, besonders die Atmung. ■ Alamrierung (Arzt, Sanität, eventuell Polizei)



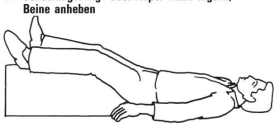
4a. Der Patient blutet äusserlich

Symptome:	Äussere Blutung tröpfchenförmig	Äussere Blutung fliesst	Äussere Blutung spritzt	Blut fliesst aus Nase, Mund und Ohren
Was tun?	Schnellverband oder Wundpflaster oder gewöhnlicher, steriler Verband	■ Bequem, flach lagern ■ Verletztes Glied hochhalten ■ Druckverband direkt auf die Wunde ■ Niemals Abbindung!	■ Bequem, flach lagern ■ Verletztes Glied hochhalten ■ Fingerdruck auf die zuführende Arterie ■ Druckverband, eventuell zweiter Druckverband ■ Arzt/Spital ■ Abbindung nur in ganz seltenen Fällen	Verdacht auf Schädelbruch! ■ Seitenlagerung



4b. Keine Blutung sichtbar – innere Blutung? Hat der Patient Puls?

Symptome	■ Blasses Gesicht ■ Kalter Schweiss, feuchte, kühle Haut ■ Teilnahmslosigkeit (anfänglich eventuell Erregung) ■ Flache Atmung	■ Rascher, schlecht fühlbarer Puls (über 100 Schläge pro Minute beim Erwachsenen) ■ Zunehmende Verschlechterung des Bewusstseins und des Allgemeinzustandes
Mögliche Ursachen	■ Grosser Blutverlust bei inneren oder äusseren Verletzungen (zum Beispiel geschlossener Oberschenkelbruch) ■ Ausgedehnte Verbrennungen	■ Schwere Erkrankungen ■ Rauschgift, Missbrauch von Medikamenten ■ Starke Schmerzen oder starke psychische Belastung können einen Schock verschlimmern
Was tun?	■ Schocklagerung: Oberkörper flach lagern, Beine anheben	■ Schutz vor Witterung ■ Keine unnötigen Umlagerungen und Bewegungen ■ Flüssigkeitszufuhr und Rauchen nur auf ärztliche Weisung ■ Zuspruch ■ Dauernd beobachten! ■ Sofortige Alarmierung (Arzt, Sanität, eventuell Polizei) ■ Wird der Patient bewusstlos: Seitenlage!



MAGGLINGEN 7/1984