ckt GESUNDHEITSFÖRDERUNG PRÄVENTION

Notfall – Was tun?

SCHAUEN

- Was ist geschehen?
- Wer ist beteiligt?
- Wer ist von was betroffen?

DENKEN

- Besteht Gefahr für Helfende?
- Besteht Gefahr für andere?
- Besteht Gefahr für Opfer?

HANDELN

- Ereignisort sichern
- Alarmieren
- Erste Hilfe leisten

ERSTE HILFE

Person ist **ansprechbar**

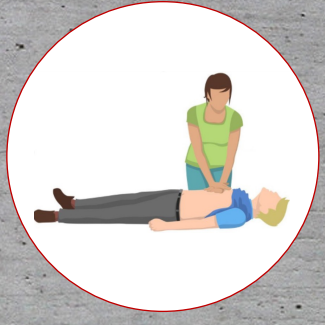
- Blutungen stoppen
- Nach Schmerzen fragen
- Wünsche der PatientIn respektieren

Person ist **bewusstlos** und **atmet**

- Notruf 144 alarmieren
- Stabile Seitenlage
- Atmung kontrollieren

Person ist **bewusstlos** und **atmet nicht**

- Notruf 144 alarmieren
- 30 Herzdruckmassagen + 2 Beatmungsstösse
- Defibrillator (AED) holen, einschalten und Anweisungen befolgen



WUNDVERSORGUNG

Kleine und oberflächliche Wunden
- Wunde mit Desinfektionsmittel reinigen
- Wundverband (Pflaster, Gaze, Verband) anlegen

Grosse und tiefe Wunden
- Blutung stoppen (Gaze, Verband)
- Arzt aufsuchen

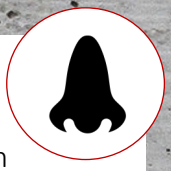
Schwere Blutungen
- Blutgefässe abschnüren (Kompresse, T-Shirt, Handtuch)
- Druck auf die Wunde ausüben
- Notruf 144 alarmieren

INSEKTENSTICHE

- Stachel entfernen
- Stichstelle kühlen

Ist die Person allergisch, kann ein Insektenstich einen Schock auslösen. In diesem Fall muss sofort der Notruf 144 alarmiert werden.

NASENBLUTEN



- Aufrechte Sitzhaltung einnehmen
- Kopf nach vorne beugen
- Beide Nasenflügel 5-10 Minuten zusammendrücken
- Kühlen Waschlappen auf den Nacken legen

Hält das Nasenbluten länger als 30 Minuten an oder leidet die Person häufig an Nasenbluten sollte ein Arzt aufgesucht werden.

VERBRENNUNGEN

- Betroffene Stelle 20 Minuten lang unter kaltem Wasser kühlen
- Brandblasen nicht öffnen
- Kleine Wunden mit Verband versorgen
- Grosse Wunden mit Plastiksack oder –folie abdecken und einen Arzt aufsuchen

VERGIFTUNG – 145

- Feststellen, was genau eingenommen wurde und eine Probe der Substanz sichern
- Keine Getränke oder Esswaren verabreichen
- Tox Info Suisse 145 alarmieren und deren Anweisungen befolgen
- Bei Bewusstlosigkeit oder Atemnot Notruf 144 alarmieren

GESUNDHEITSFÖRDERUNG PRÄVENTION