

ERSTE HILFE AUF EINEN BLICK

1

WAS MUSS ICH BEI DER WUNDVERSORGUNG BEACHTEN?

Kleine Schürfwunden und oberflächliche Schnitte kannst du selbst versorgen. Als Verbandsmaterial eignen sich keimfreie Kompressen und desinfizierende Lösungen (z. B. Jod). **Bitte beachten:**

- Zuerst Einweghandschuhe anziehen, damit keine Keime in die Wunde kommen.
- Kleine Steinchen mit einer sterilen Pinzette entfernen.
- Mit portionierten Kochsalzlösungen Wunde ausspülen.
 - Vorsichtige Desinfektion der Wunde.
- Auflage der Kompresse direkt auf die Verletzung.
- Fixierung der Kompresse seitlich mit je einem Heftpflasterstreifen (Streifenverband).

Wichtig: Schnittwunden im Gesicht oder tiefe, klaffende Wunden müssen vom Kinderarzt behandelt werden. Zudem solltest ihr zum Arzt, wenn sich die Wunden entzünden oder ein roter Streifen daran zu sehen ist. In diesem Fall droht eine Blutvergiftung.

3

WORAUF MUSS ICH BEI DER BEHANDLUNG VON BRANDWUNDEN ACHTEN?

Bei Verbrennungen und Verbrühungen musst du sofort handeln. Kleinflächige Verbrühungen solltest du sofort mit fließendem kaltem Leitungswasser kühlen. Verbrühungen im Gesicht kannst du mit kalten Tüchern bedecken (Atemwege frei lassen!)

Bei großflächigen Verbrennungen

- solltest du aufs Kühlen verzichten (Gefahr einer Unterkühlung),
- bedecke stattdessen die verbrannten Stellen mit einem Verband- oder Metalline-Tuch, bevor du den Notarzt rufst.

Fängt die Kleidung Feuer,

- übergieße sie mit Wasser oder
- bedecke sie mit Decken.
- Wälze dein Kind auf dem Boden, um die Flammen zu ersticken.
- Ziehe Kleidung, die mit der Haut verkrustet ist, nicht aus!

WIE KANN ICH KNOCHENBRÜCHE ERSTVERSORGEN?

2

Knochenbrüche sind schmerzhaft. Jede Bewegung oder Belastung des betroffenen Knochens tut weh. Deshalb ist es wichtig, die betroffene Stelle nicht zu bewegen.

Bei einem **geschlossenen Bruch** hilft:

- Sofortiges Kühlen der geschwellenen, oft blau gefärbten Stelle, z. B. mit einer Gelkompresse aus dem Eisfach (mit einem dünnen Tuch umwickelt).

Einen **offenen Bruch** schützt du am besten durch:

- Auflegen eines sterilen Wundtuchs, damit keine Bakterien in die Wunde eindringen.

Wichtig: In jedem Fall solltest du bei Verdacht auf einen Knochenbruch mit deinem Kind zum

Arzt oder außerhalb der Sprechzeiten in die Notaufnahme einer Kinderklinik fahren.

WIE REAGIERE ICH RICHTIG, WENN MEIN KIND GIFTSTOFFE AUFGENOMMEN HAT?

Das Trinken von Reinigungsmitteln, die Einnahme von Medikamenten und das Essen von giftigen Pflanzen sind die häufigsten Ursachen für Vergiftungen im Kleinkindalter. Kinder reagieren darauf häufig mit plötzlichem Erbrechen oder extremer Müdigkeit.

- Ruf am besten sofort eine der acht bundesweiten Giftnotrufzentralen an. Sie sind 24 Stunden lang erreichbar:

vergiftungszentrale.de

Wichtig: Kein Erbrechen erzwingen, da ätzende Substanzen schwere Schäden in der Lunge verursachen können.

4



Mehr zum Thema Erste Hilfe bei Kindern gibt's hier: rossmann.de/erste-hilfe

5

WAS TUN BEI ATEMNOT?

Bekommt dein Kind nachts Atemnot, kann es aufgrund verengter Atemwege zu einem **Pseudo-krupp-Anfall** kommen.

- Nimm dein Kind auf den Arm, beruhige es.
- Gehe mit ihm an ein offenes Fenster. Bekommt es weiterhin schlecht Luft, ruf den Notarzt.

Hat dein Kind etwas verschluckt, animiere es, zu husten. Wenn es nur würgt, aber nicht mehr hustet, kannst du bei Kindern ab einem Jahr den **Heimlich-Handgriff** anwenden (siehe oben):

- Knie dich hinter dein Kind.
- Balle eine Faust und lege diese zwischen Bauchnabel und Unterrand des Brustbeines.
- Umfasse die Faust mit deiner anderen Hand und ziehe sie fünfmal kräftig nach innen und oben, um den Gegenstand aus der Luftröhre zu befördern. **Wichtig:** Solange das Kind Luft bekommt, besteht keine Lebensgefahr.

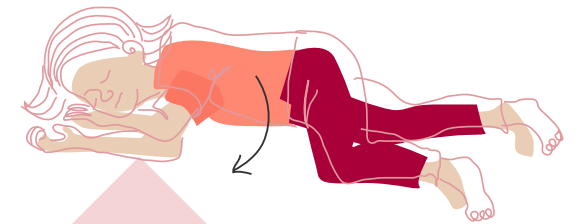
WAS GEHÖRT IN DIE HAUSAPOTHEKE?

Immer zur Hand haben solltest du:

- Verbandsschere
- Pipette
- Pinzette
- Einmalhandschuhe
- Desinfektionsmittel zum Säubern von Wunden
- portionierte Kochsalzlösungen
- Verbandsmaterial (Pflaster in verschiedenen Größen, Pflasterrolle)
- sterile Wundschnellverbände in verschiedenen Größen
- Mullbinden
- Brandauflage
- Dreieckstuch
- Kalt-Warm-Kompressen

HEIMLICH-HANDGRIFF

Eine Erste-Hilfe-Maßnahme, sobald das Kind etwas verschluckt hat und es nicht mehr ausspucken kann.



WAS KANN ICH TUN, WENN MEIN KIND BEWUSSTLOS IST?

Wenn dein Kind weder auf Berührung noch Ansprechen reagiert, aber atmet und ein Herzschlag spürbar ist, hat es das Bewusstsein verloren.

- Lege es auf den Boden
- und lockere seine Kleidung.

Bring es nun in die **stabile Seitenlage**.

- Dazu drehst du es auf die Seite und winkelst seine Beine an, wobei eines über dem anderen liegt (siehe oben).
- Achte darauf, dass sein Mund geöffnet ist, damit aufsteigender Mageninhalt abfließen kann.

Das Wichtigste: Jede Lage ist besser als die Rückenlage!

STABILE SEITENLAGE

Damit die Handgriffe im Notfall sicher sitzen, ist ein Erste-Hilfe-Kurs für Kinder sinnvoll.

6

112

... ist die richtige Nummer, wenn du den Notarzt rufen möchtest.

030-19240

... lautet z. B. die Rufnummer der Giftnotrufzentrale der Charité Berlin.

116117

... lautet die Rufnummer des ärztlichen Bereitschaftsnotdienstes. Hier erfährst du, wer außerhalb der Kinderarzt-Sprechzeiten helfen kann.

ERSTE-HILFE-KURSE

In dem „Baby- und Kindernotfall Online Kurs“ lernst du, wie du in Notsituationen richtig reagierst. Der Kurs ist in 21 Modulen aufgebaut, die du 24 Monate lang beliebig oft anschauen kannst. erste-hilfe-fuer-kinder.de Kurse vor Ort für die Erste Hilfe am Kind bieten z. B. die Kreisverbände des Deutschen Roten Kreuzes, der Malteser Hilfsdienst oder die Johanniter-Unfall-Hilfe.

JETZT MERKEN!

7

Kleine Helfer für die Erste Hilfe – bitte umblättern