

Bis das Blaulicht kommt -Plötzlich Ersthelfer-

Ich möchte mich an dieser Stelle bei allen Bedanken,
die mich bei der Fertigstellung dieses Werkes unterstützt
haben. Vor allem das DRK Oelde, meinen Mann Stephan und Melina.

Impressum:

© 2022 Daria Böker(*Hrsg.*)

Auflage 1 2022

Umschlaggestaltung, Illustration: Daria Böker

Verlag und Druck: tredition GmbH, Halenreihe 40-44, 22359 Hamburg

ISBN Taschenbuch: 978-3-347-74315-1

ISBN Hardcover: 978-3-347-74316-8

ISBN e-Book: 978-3-347-74317-5

ISBN Großschrift: 978-3-347-74218-2

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung ist ohne Zustimmung des Verlages und des Autors unzulässig. Dies gilt insbesondere für die elektronische oder sonstige Vervielfältigung, Übersetzung, Verbreitung und öffentliche Zugänglichmachung.

Bibliografische Information der Deutschen Nationalbibliothek:

Die Deutsche Nationalbibliothek verzeichnet diese Publikation in der Deutschen Nationalbibliografie; detaillierte bibliografische Daten sind im Internet über <http://dnb.d-nb.de> abrufbar.

Inhalt

Vorwort		10
1.	Bedeutung des Ersthelfers	12
1.1.	Rettungsmittel	12
1.2.	Rechtliche Grundlagen	13
1.3.	Material im Kfz-Verbandkasten	14
1.4.	Notfallnummern in Deutschland	15
2.	Ablauf Hilfeleistung	16
2.1.	Rettungskette	16
2.2.	Erstkontakt zum Patienten	16
2.3.	Notruf und Übergabe	18
2.4.	Grundlagen der Wundabdeckung	19
2.5.	Immobilisation und Lagerungen	20
2.5.1.	Stabile Seitenlage	20
2.5.2.	Herzbettlage	21
2.5.3.	Schocklagerung	21
2.5.4.	Kutschersitz	21
2.5.5.	Bauchdeckenentlastende Lagerung	22
2.5.6.	Immobilisation	22
2.5.7.	Helmabnahme	22
2.5.8.	Rautegriff	23
2.5.9.	Oberbauchkompression nach Heimlich	23
3.	Grundlagen Hygiene und Eigenschutz	24
3.1.	Schutzausrüstung	24
3.2.	Hygiene	24
4.	Vitalzeichen kontrollieren	25
5.	Reanimation	27
5.1.	Herzlungenwiederbelebung	27
5.2.	Benutzung von automatisierten externen Defibrillatoren (AED)	28
6.	Anatomie und Physiologie	30
6.1.	Herzkreislaufsystem	30
6.2.	Lunge und Atemwege	31
6.3.	Magendarmtrakt und Bauchbereich	31
6.4.	Lehre von Hormonen	32
6.5.	Gehirn und Nervensystem	33
6.6.	Bewegungsapparat und Brustkorb	33
6.7.	Frauenheilkunde und Organe des Harnsystems	34
6.8.	Auge	34
6.9.	Hals-Nase-Ohr	35
6.10.	Haut	35

7.	Notfälle	36
7.1.	Medizinische Notfälle	36
7.1.1.	Herz-/ Lungennotfälle	36
7.1.2.	Schlaganfall	36
7.1.3.	Schock	36
7.1.4.	Schmerznotfälle	37
7.1.5.	Bewusstseinsstörungen/ Krampfanfälle	37
7.1.6.	Schwere Allergien	37
7.1.7.	Hörverlust/ Schwindel/ Knalltrauma	38
7.1.8.	Augennotfälle	38
7.1.9.	Geburtshilfliche Notfälle	38
7.2.	Wunden und Verletzungen	38
7.2.1.	Verletzungen des passiven Bewegungsapparates/ Knochenbrüche	39
7.2.2.	Verletzungen an Kopf, Hals und Kehlkopf	39
7.2.3.	Verletzungen des Brustkorbs	39
7.2.4.	Verletzungen der Wirbelsäule	40
7.2.5.	Verletzungen des Bauchraums und des Beckens	40
7.2.6.	Amputationsverletzungen	40
7.3.	Psychiatrische Notfälle	41
7.4.	Vergiftungen	41
7.5.	Notfälle durch Hitze, Kälte oder Strom	41
7.5.1.	Sonnenstich/ Hitzschlag/ Hitzeerschöpfung/ Hitzekrampf	41
7.5.2.	Verbrennungen	42
7.5.3.	Unterkühlung/ Erfrierungen	42
7.5.4.	Strom- und Blitzunfälle	43
7.6.	Wasserunfälle	43
7.6.1.	Tauchunfall	43
7.6.2.	Ertrinkungsunfall	44
7.7.	Verkehrsunfälle	44
7.8.	Missbrauch	45
8.	Pharmakologie	46
9.	Verzeichnis einiger Fachbegriffe	48
10.	Quellenverzeichnis	53
10.1.	Bilder- und Abbildungsverzeichnis	53

Vorwort

Mein Name ist Daria Böker, ich bin im Jahr 1991 geboren und habe im Jahr 2011 das Gymnasium mit dem Abitur abgeschlossen. Mein Berufsleben habe ich mit einem Jahrespraktikum in einem Aufwachraum, also im OP-Bereich begonnen, da ich nicht so recht wusste für welchen Beruf ich mich entscheiden sollte. Mit einem Medizinstudium als Ziel habe ich 2012 schließlich die Krankenpflegeausbildung in Hamm begonnen, die ich 2015 abschloss. Seither habe ich Erfahrungen auf einer interdisziplinären Intensivstation, einer gastroenterologischen Normalstation und im ambulanten Pflegedienst sammeln können, auf welche ich auch als Sanitätshelfer im Ehrenamt bei DLRG und DRK zurückgreifen kann.



2018 konnte ich bereits ein Buch fertig stellen und veröffentlichen, den „LEITFADEN – Sanitätshelfer A und B“. Dabei handelt es sich um ein vereinfachtes Werk mit medizinischen Kenntnissen für ehrenamtliche Sanitäter und alle, die sich für diese Thematik interessieren. Für Ersthelfer ist es jedoch immer noch zu umfangreich und daher wurde mir mehrfach die Idee zugetragen ein weiteres für Ersthelfer zu schreiben, in dem weniger Material und weniger differenziertes Fachwissen vorausgesetzt wird. Das habe ich mir nun zur Aufgabe gemacht, da ich zurzeit in Umständen und im Beschäftigungsverbot bin und gerade die nötige Zeit dazu habe.

Viel Spaß beim Lesen und bei der Anwendung des Wissens.

Ich weise an dieser Stelle darauf hin, dass dieses Buch keineswegs vollständig ist. Es ist lediglich auf das Wissen reduziert, was für den Ersthelfer/die Ersthelferin wichtig ist. Außerdem weise ich darauf hin, dass praktisches Üben notwendig ist, um die Maßnahmen sicher beherrschen zu können.

Im nachfolgenden beschränke ich mich der Einfachheit halber auf „den Ersthelfer“, spreche aber ausdrücklich auch die weibliche und diverse Form an.

Daria Böker

