



# Erste Hilfe & Schulsanitätsdienst

Ausbildungsmaterial







# Erste Hilfe & Schulsanitätsdienst

## Ausbildungsmaterial

1. Auflage, 2025

Jan Zühlke

---



# Impressum

## Autor & Herausgeber

Jan Zühlke

## Abbildungen

Siehe Fußzeile und ergänzende Angaben unter Seite 84.



© 2025 Jan Zühlke

ISBN: 978-3-384-45435-5

Druck und Distribution im Auftrag des Autors:  
tredition GmbH, Heinz-Beusen-Stieg 5, 22926 Ahrensburg, Deutschland

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich. Jede Verwendung ist ohne seine Zustimmung unzulässig. Die Publikation und Verbreitung erfolgen im Auftrag des Autors, postalisch zu erreichen unter: Jan Zühlke, Limperstraße 5, 45657 Recklinghausen, Germany und per E-Mail unter [jan\\_zuehlke@outlook.de](mailto:jan_zuehlke@outlook.de).

# Wichtige Hinweise

## **Produkthaftung:**

Höchste Sorgfalt hat der Autor hinsichtlich Angaben zur Diagnostik und Therapie aufgewendet. Dabei wurden Schwerpunkte gesetzt, die keinen Anspruch auf eine vollständige Darstellung zulassen. Für versehentliche Falschangaben wird keine Haftung übernommen. Da die gesetzlichen Bestimmungen und wissenschaftlich begründeten Empfehlungen ständigen Veränderungen unterworfen sind, ist der Benutzer aufgefordert, die aktuell gültigen Richtlinien anhand der Literatur und der Beipackzettel zu überprüfen.

Die Anwender handeln in eigener Verantwortung und auf eigene Gefahr.

Der Autor übernimmt keinerlei Haftung in Bezug auf jegliche Verletzung und/oder Schäden an Personen oder Eigentum, im Rahmen von Produkthaftung, Fahrlässigkeit oder anderweitigen Fallgestaltungen.

Der Text und/oder das Literaturverzeichnis enthalten Links zu externen Webseiten Dritter, auf deren Inhalt der Autor keinen Einfluss hat. Deshalb kann er für diese fremden Inhalte auch keine Gewähr übernehmen. Für die Inhalte der verlinkten Seiten ist stets der jeweilige Anbieter oder Betreiber der Seite verantwortlich.

## **Urheberrecht:**

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Für die Inhalte ist der Autor verantwortlich. Jede Verwertung ist ohne seine Zustimmung unzulässig.

Die Vervielfältigung der Druckvorlagen für den eigenen Unterrichtsgebrauch ist gestattet.

Dies betrifft insbesondere die Rechte der Übersetzung, des Nachdruckes, der Speicherung und der Verarbeitung in elektronischen Systemen. Auch die auszugsweise Wiedergabe ist nur mit ausdrücklicher Genehmigung des Autors erlaubt.

**Sprach- und Abbildungshinweis:** Aus Gründen der leichten Lesbarkeit wird in dem vorliegenden Dokument die gewohnte männliche Sprachform bei personenbezogenen Substantiven und Pronomen verwendet. Dies impliziert jedoch keine Benachteiligung der anderen Geschlechter, sondern soll im Sinne der sprachlichen Vereinfachung als geschlechtsneutral zu verstehen sein. Dies gilt ebenfalls für Abbildungen mit Personen. Im Sinne der Inklusion wurde bewusst ein schlichtes und geordnetes Design gewählt und auf nicht notwendige Abbildungen verzichtet, somit soll das Material für so vielen Menschen wie möglich gut zugänglich sein.

**Praktische Umsetzung:** Aus Sicht des Autors sind die praktischen Teile jeder (schul-)sanitätsdienstlichen Ausbildung und ebenso der Ausbildung in der Ersten-Hilfe unabdingbar. Die vorliegenden Materialien ersetzen keinerlei praktische Übung. Vielmehr dienen diese als begleitendes Unterrichtsmaterial und sind zur Vertiefung sowie als Merkhilfe gedacht. Abbildungen können von der praktischen Anwendung abweichen und müssen daher praktisch erlernt und geübt werden. Bitte beachten Sie hierzu die entsprechenden Vorgaben. Die vorliegenden Unterrichtsmaterialien setzen auf eine leichte Verständlichkeit, daher können einzelnen Sachverhalten nicht so detailgetreu, wie es eigentlich Anspruch des Autors ist, aufgegriffen werden, hierbei sind die einsetzenden Lehrkräfte angehalten weitere Informationen in den Unterricht mit aufzunehmen.

# Vorwort

Liebe Leserin, lieber Leser,  
liebe Lehrkräfte!

Mein Herz brennt für die Ausbildung von Schülerinnen und Schülern in Erster Hilfe, speziell im Schulsanitätsdienst. Mit der vorliegenden Sammlung von Unterrichtsmaterialien möchte ich Ihnen die Highlights (zumindest nach Aussagen meiner Schülerinnen und Schüler) der von mir erstellten Unterrichtsmaterialien zur Verfügung stellen.

Zu Beginn meiner Tätigkeit als Leitung Schulsanitätsdienst stand ich vor vielen Herausforderungen, die größte war es, passendes Unterrichtsmaterial zu finden, sodass die Schülerinnen und Schüler nicht nur meinem Vortrag lauschen müssen.

Über die unterschiedlichen Ausbildungskohorte entwickelte sich das vorliegende übersichtliche, einfache und aufgeräumte Design der Arbeitsblätter.

Da häufig die Tätigkeit als Koordinationslehrkraft für den Schulsanitätsdienst eine zusätzliche Belastung ist, möchte ich mit der vorliegenden Sammlung von Ausbildungsmaterialien eine Entlastung für Sie bieten.

Die Materialien sind für den Schulsanitätsdienst konzipiert, können aber gerne unabhängig von dieser Ausbildung zum Beispiel für die Grundlagen anderer Ausbildungen (wie Sanitätshelfer) oder im Rahmen des Unterrichts genutzt werden.

Ein Teil der Materialien dient zur eigenständigen Erschließung eines Themenbereiches, dahin gehend knüpft ein anderer Teil an die praktischen Übungen an und soll zur Ergebnissicherung dienen. Ein weiterer Teil dient dem Transfer und der Reflexion der Selbsterfahrung. Näheres entnehmen Sie gerne dem jeweils voranstehenden Hinweis.

Gerne möchte ich Sie einladen, die vorliegenden Materialien auszuprobieren - ich freue mich auf Ihre Rückmeldung!

Ich wünsche Ihnen viel Freude und Erfolg.  
Herzlichst

Ihr  
Jan Zühlke

## Über den Autor

Jan Zühlke, Masterstudent der Berufspädagogik (M. A.), B. A. Beratung für Bildung, Beruf und Beschäftigung, Fachkraft für Betriebliches Gesundheitsmanagement. Rettungssanitäter und Erste-Hilfe-Ausbilder. Im Ehrenamt tätig als Leitung Schulsanitätsdienst und Einsatzkraft im Katastrophenschutz und der Notfallvorsorge. Erfahrung als Dozent im Bereich: Katastrophenschutz, Notfalltrainings, Fortbildung für rettungsdienstliches Fachpersonal, Erste Hilfe, Schulsanitätsdienst, sanitätsdienstliche Grundausbildung, Erste-Hilfe-Ausbildung für besondere Zielgruppen und Gesundheits- sowie Stressmanagement.

Kontakt Daten: [jan\\_zuehlke@outlook.de](mailto:jan_zuehlke@outlook.de)

---

# Inhaltsverzeichnis

	<b>Seite</b>
<b>I. Grundlagen</b>	
Lückentext Erste Hilfe	1
Rollenspiel Notruf	3
Der Notruf - wählen oder nicht?	5
Was darf der Schulsanitätsdienst?	7
<b>II. Erkrankungen der inneren Organe</b>	
Bewusstlosigkeit	9
Gruppenarbeit - Oberkörper hoch	11
Kreuzworträtsel - Oberkörper hoch	19
<b>III. Chirurgische Erkrankungen</b>	
Lückentext Sportverletzungen	21
Verbinde die Verletzungen	23
Umgang mit traumatischen Verletzungen	25
Bodycheck	28

---



# Inhaltsverzeichnis

	<b>Seite</b>
<b>IV. Kommunikation und soziale Grundlagen</b>	
Kommunikation	30
Am Bahnhof - Demenz	32
Menschen im Rollstuhl	35
Freiheit durch den Rollstuhl	38
<b>V. Kompaktwissen</b>	
Lagerungsformen	40
Schemen in der Patientenbehandlung	42
Was würdest Du tun? (Fallbeispiele)	44
Tag der offenen Tür - richtig oder falsch	47
Übergabe an den Rettungsdienst	49
Berufe im Gesundheitswesen	52
Lösungen	54
Quellenverzeichnis	84
Literaturverzeichnis	85

---



# Anmerkungen / Ideen:

## **Lückentext Erste-Hilfe**

<u>Zielgruppe:</u>	Schülerinnen und Schüler (SuS) ab Klasse 6
<u>Idee zum Vorgehen:</u>	Die SuS bearbeiten den Lückentext in Einzel-, Partner-, oder Gruppenarbeit. Die Ergebnisse können im Plenum besprochen oder in Gruppen abgeglichen werden.
<u>Anleitung notwendig:</u>	Nicht zwingend
<u>Erfolgskritische Punkte:</u>	Die SuS sollten über grundlegende Kenntnisse der Ersten Hilfe (Eigenschutz, Notrufnummer etc.) verfügen. Das Arbeitsblatt ist nicht für ein erstmaliges Erschließen des Inhalts gedacht.

# Erste-Hilfe

Aufgabe: Füllt den Lückentext mithilfe der Wörter aus dem Kasten aus. Achtung: Ein paar Worte/Zahlen bleiben übrig!

Eigenschutz | 911 | nicht atmet | atmet | 112 | 110 | absichern | Betrieb | Atmung |  
Erste-Hilfe-Kurs | ansprechen | Auto | Rettungsdienst | Defibrillator

Um einen Führerschein zu machen, braucht man einen \_\_\_\_\_.

Dieser findet meist am Wochenende statt und dauert 9 Unterrichtseinheiten. Die Kurse werden z. B. von Hilfsorganisationen, wie Arbeiter-Samariter-Bund, Deutsches Rotes Kreuz, Johanniter-Hilfsdienst oder Malteser Hilfsdienst angeboten. Ebenfalls bieten private Anbieter wie auch manche Fahrschulen diese Kurse an.

Im Erste-Hilfe-Kurs lernt man die wichtigste Grundlage: Das Wichtigste bei der Ersten

Hilfe ist der \_\_\_\_\_. Sobald man einen Unfall hat, sollte man die

Unfallstelle \_\_\_\_\_. Hierzu sollte man eine Warnweste anziehen und innerorts 50 m und außerorts 100 m entfernt ein Warndreieck aufstellen.

Findet man einen Menschen, der bewusstlos ist, sollte man ihn zunächst

laut \_\_\_\_\_ und kräftig an den Schultern rütteln. Reagiert die

Person nicht auf diese Maßnahmen, muss man unbedingt die \_\_\_\_\_

prüfen. Wenn die Person \_\_\_\_\_, muss umgehend der Notruf gewählt und mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung begonnen werden.

Wenn die Person \_\_\_\_\_, muss die Person umgehend in die Seitenlage gebracht und der Notruf gewählt werden.

Der Notruf ist unter \_\_\_\_\_ europaweit erreichbar.

Außerdem lernt man den Inhalt und Umgang mit Verbandkästen kennen. Ein

Verbandkasten muss in jedem \_\_\_\_\_ und

\_\_\_\_\_ vorhanden sein.

# Anmerkungen / Ideen:

**Rollenspielkarten Notruf**Zielgruppe:

Schülerinnen und Schüler (SuS) ab Klasse 3

Idee zum Vorgehen:

Zwei Schüler/innen spielen exemplarisch anhand der Rollenkarten eine Notrufsituation im Plenum vor. Im Anschluss wird dies im Plenum reflektiert.

Anleitung notwendig:

Ja, das Rollenspiel ist zu moderieren.

Erfolgskritische Punkte:

Den SuS sollte die Zielsetzung bekannt sein, es sollte keine unnötige Hürde zum Notruf entwickelt werden. Den SuS sollte mitgegeben werden, dass der Notruf eine Unterstützung bietet.

Den SuS sollte keinesfalls vermittelt werden, dass die W-Fragen auswendig zu lernen sind.

Hinweise:

Den SuS sollte mitgegeben werden, dass der Notruf lieber einmal zu viel als einmal zu wenig gewählt wird und im Zweifelsfall der/die Leitstellendisponent/in Hilfestellungen bietet und den/die Anrufer/in durch das Gespräch leitet.

---

# Rollenspiel Notruf



## Rollenkarte Anrufer

Du bist bei einer Gartenparty im Kleingartenverein „August“ (Hauptstraße 3, Musterstadt).

Eine Freundin (Anne Lärda, 19 Jahre alt) ist umgekippt. Sie ist immer noch ohnmächtig, atmet aber. Sie hat eine kleine Kopfverletzung.

Hinweis:

Verhalte Dich eher passiv und lass die Informationen durch den Leitstellendisponenten einholen.



## Rollenkarte Leitstellendisponent

Du arbeitest als Disponent in der Rettungsleitstelle. Dich erreicht ein Notruf. Frage den Anrufer die relevanten Informationen (5Ws) ab.

- Wo geschah es?
- Was geschah?
- Wie viele Personen sind betroffen?
- Welche Art der Erkrankung/Verletzung liegt vor?
- Warten auf Rückfragen!

Beginn das Gespräch direkt mit „**Notruf, Feuerwehr, Rettungsdienst, wo genau ist der Notfallort?**“

Führe das Gespräch klar und orientiere Dich an den Fragen, lasse keine zu ausschweifenden Erzählungen zu.

# Anmerkungen / Ideen:

## **Der Notruf - wählen oder nicht**

<u>Zielgruppe:</u>	Schülerinnen und Schüler (SuS) ab Klasse 5
<u>Idee zum Vorgehen:</u>	Die SuS bearbeiten das Arbeitsblatt in Einzel-, Partner-, oder Gruppenarbeit. Die Ergebnisse können im Plenum besprochen oder in Gruppen abgeglichen werden.
<u>Anleitung notwendig:</u>	Bedingt, in der Erarbeitungsphase nicht, in der Ergebnisbesprechung in jedem Fall (siehe unten).
<u>Erfolgskritische Punkte:</u>	Es sollte keine unnötige Hürde, den Notruf zu wählen, entwickelt werden. Daher ist die Moderation bei der Ergebnisbesprechung unabdingbar. Hierbei sollte vermittelt werden, dass im Zweifelsfall der Notruf lieber einmal zu viel als einmal zu wenig gewählt werden sollte. Zudem sollte der Hinweis gegeben werden, dass nur eine mutwillige Falsch-Alarmierung Sanktionen nach sich zieht, keine versehentlich.
<u>Hinweise:</u>	Den SuS sollte mitgegeben werden, dass der Notruf lieber einmal zu viel als einmal zu wenig gewählt wird und im Zweifelsfall der /die Leitstellendisponent/in Hilfestellungen bietet und den/die Anrufer/in durch das Gespräch leitet.

# Der Notruf

## Aufgabe:

Entscheide, ob Du bei den folgenden Situationen sofort den Notruf wählen würdest (✓) oder nicht (✗).

Aber zunächst, unter welcher Rufnummer erreichst Du überhaupt die Feuerwehr und den Rettungsdienst?

Unter: \_\_\_\_\_

Aussage	✓	✗
Eine Schülerin hat leichte Bauchschmerzen und gibt an, dass sie ihre Periode hat.		
Ein Schüler ist auf den Kopf gefallen, er hat eine ca. 5 cm große Platzwunde, ihm ist schwindelig und übel.		
Ein Lehrer ist bewusstlos geworden.		
Der Hausmeister berichtet von Schmerzen in der Brust und im linken Arm, er ist blass im Gesicht und kaltschweißig.		
Ein Lehrer ist im Klassenzimmer umgeknickt, er hat Schmerzen im Knöchel, der Knöchel ist leicht geschwollen und der Fuß lässt sich unter Schmerzen bewegen.		
Eine Schülerin ist beim Fußballspielen auf den Arm gestürzt, sie hat starke Schmerzen, man sieht eine deutliche Stufenbildung.		
Eine Lehrerin spricht plötzlich komisch, sie hat keine Kraft mehr in ihrem rechten Arm und ihr Mundwinkel hängt ein wenig.		
Ein Schüler ist beim Fangenspiel gestürzt und hat eine kleine Schürfwunde am rechten Knie. Er kann das Bein normal bewegen und hat nur leichte Schmerzen.		

## Hinweis:

Bei einer lebensbedrohlichen Situation sollte immer sofort der Notruf gewählt werden. Ob ein Notruf letztendlich nicht notwendig ist, darüber entscheidet immer die jeweilige Lehrkraft. Die Schülersanitäter können hierbei gerne eine Empfehlung aussprechen. Je nach Schule kann der Ablauf unterschiedlich sein, informiere Dich bei Deiner Betreuungslehrkraft hierüber!

Im Grundsatz gilt immer: Lieber einmal zu viel den Notruf wählen als einmal zu wenig.



# Anmerkungen / Ideen:

**Was darf der Schulsanitätsdienst?**

<u>Zielgruppe:</u>	Schülerinnen und Schüler (SuS) ab Klasse 7
<u>Idee zum Vorgehen:</u>	Die SuS bearbeiten das Arbeitsblatt in Einzel-, Partner-, oder Gruppenarbeit. Die Ergebnisse können im Plenum besprochen oder in Gruppen abgeglichen werden.
<u>Anleitung notwendig:</u>	Bedingt, in der Erarbeitungsphase nicht, in der Ergebnisbesprechung in jedem Fall (siehe unten).
<u>Erfolgskritische Punkte:</u>	Es sollte sichergestellt werden, dass Schülersanitäter/innen ausschließlich erweiterte Erste Hilfe leisten. Es sollte klargestellt werden, dass Schülersanitäter/innen in keinem Fall Medikamente verabreichen dürfen.
<u>Hinweise:</u>	Es könnten schulinterne Regelungen angesprochen werden. Zudem könnte der Hinweis, dass im Zweifelsfall jede Lehrkraft als Ansprechpartner/in dient, sinnvoll sein.

# Was darf der Schulsanitätsdienst?

## Aufgabe:

Kreuze an, was im Schulsanitätsdienst erlaubt (✓) ist und was nicht (✗).

Ein Schülersanitäter darf ....	✓	✗
...den Notruf wählen.		
...Erste Hilfe leisten.		
...Fotos vom Patienten machen.		
...Blut abnehmen.		
...einen Druckverband anlegen.		
...über den behandelten Schüler und seine Erkrankung mit den eigenen Eltern sprechen.		
...den Verkehr vor der Schule regeln.		
...Medikamente wie Aspirin verabreichen.		
...den Patienten auffordern, einen Kutschersitz zu machen.		
...dem Rettungsdienst mitteilen, welchen Verdacht bezüglich einer Erkrankung oder Verletzung er hat.		
...eine Wunde mit Kochsalzlösung spülen und anschließend eine antibakterielle Creme aus der Apotheke auftragen.		
...Schülern und Eltern Hausverbot erteilen.		
...bei einer bewusstlosen Person ohne Atmung die Kleidung aufschneiden.		
...einen Zugang legen.		
...einen Arm schienen.		
...Blutdruck und Puls messen.		
...Medikamente verabreichen.		

## Anmerkungen / Ideen:

**Bewusstlosigkeit**Zielgruppe:

Schülerinnen und Schüler (SuS) ab Klasse 7

Idee zum Vorgehen:

Die SuS bearbeiten das Arbeitsblatt in Einzel-, Partner-, oder Gruppenarbeit. Die Ergebnisse können im Plenum besprochen oder in Gruppen abgeglichen werden.

Anleitung notwendig:

Nicht zwingend

Erfolgskritische Punkte:

Den SuS sollte die Thematik (Seitenlage/Herz-Lungen-Wiederbelebung) in der Praxis bekannt sein.

---