

Inhalt

NOTRUFNUMMERN	o	4
VERGIFTUNGZENTRALEN	o	5
EINFÜHRUNG	o	12
Aufbau des Buches		12
Die eigene Panik		13
Schreck und Schmerzen bei Kindern		14
Wer im Notfall hilft		17
1 LEBENSRETTEnde MASSNAHMEN	o	24
Bewusstlosigkeit		26
Beatmen		35
Wiederbelebung		38
2 NOTFÄLLE DER ATMUNG	o	46
Atmung und Sauerstoff: Was passiert im Körper?		48
Atembeschwerden – ein Überblick		49
3 THERMISCHE NOTFÄLLE	o	74
Sonnenbrand		76
Sonnenstich		80
Hitzeschäden		83
Unterkühlung		85
4 UNFÄLLE BEI KINDERN	o	88
Untersuchen des verletzten Kindes		90
Knochenbrüche, die leicht übersehen werden		94

Prellung, Verstauchung, Verrenkung & Co.	96
Allgemeine Maßnahmen bei Verletzungen	98
Bauchverletzungen	99
Kopfverletzungen	100
Elektrounfälle	109
Ertrinken	112
5 BLUTUNGEN UND WUNDEN	0 114
Stillen von Blutungen	116
Nasenbluten	122
Verletzungen im Mund	125
Versorgen von Wunden	126
Natürliche Mittel zur Wundheilung	139
6 SCHOCK	0 142
Was beim Schock im Körper passiert	144
Maßnahmen bei einem Schock	146
Weitere Formen des Schocks	147
Schock, Ohnmacht und	
Bewusstlosigkeit unterscheiden	149
7 VERBRENNUNGEN	0 150
Auswirkungen und Gefahren	153
Natürliche Mittel bei Verbrennungen	
ersten und zweiten Grades	155
Verhalten bei offenen Verbrennungen	156
8 VERGIFTUNGEN	0 158
Wie Sie eine Vergiftung erkennen	160
Wer hilft bei Vergiftungen?	160
Was Sie bei Vergiftungen tun können	162
Die häufigsten Vergiftungen	169

9 WESPEN-UND BIENENSTICH, MÜCKENSTICH UND ZECKENBISS	o	188
Wespen-und Bienenstich		190
Zeckenbiss – was nun?		196
10 BAUCHSCHMERZEN	o	204
Ursachen von akuten Bauchschmerzen		206
11 AUGENVERLETZUNGEN	o	212
Fremdkörper im Auge		214
Verletzungen des Auges		216
12 FIEBER BEI KINDERN	o	218
Was bei Fieber zu beachten ist		220
Fiebersenkende Maßnahmen		224
Fieberkrampf		225
13 ERSTE HILFE MIT HOMÖOPATHIE	o	228
Einführung in die Homöopathie		231
Was hilft im Notfall?		238
14 RICHTIG VORBEUGEN	o	246
Kinder sind noch keine Allesköninger		248
Vorbeugende Maßnahmen und Hilfsmittel		251
15 HAUSAPOTHEKE	o	264
16 SOFORTANLEITUNGEN	o	268
BILDNACHWEIS	o	286
DOWNLOAD-SERVICE	o	287
REGISTER	o	288