

Inhalt

NOTRUFNUMMERN	0	4
VERGIFTUNGSZENTRALEN	0	5
EINFÜHRUNG	0	12
Aufbau des Buches	12	
Die eigene Panik	13	
Schreck und Schmerzen bei Kindern	14	
Wer im Notfall hilft	17	
1 LEBENSRETTENDE MASSNAHMEN	0	24
Bewusstlosigkeit	26	
Beatmen	35	
Wiederbelebung	38	
2 NOTFÄLLE DER ATMUNG	0	46
Atmung und Sauerstoff: Was passiert im Körper?	48	
Atembeschwerden – ein Überblick	49	
3 THERMISCHE NOTFÄLLE	0	74
Sonnenbrand	76	
Sonnenstich	80	
Hitzeschäden	83	
Unterkühlung	85	
4 UNFÄLLE BEI KINDERN	0	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	○	114
Stillen von Blutungen	116	
Nasenbluten	122	
Verletzungen im Mund	125	
Versorgen von Wunden	126	
Natürliche Mittel zur Wundheilung	139	
6 SCHOCK	○	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	○	150
Auswirkungen und Gefahren	153	
Natürliche Mittel bei Verbrennungen ersten und zweiten Grades	155	
Verhalten bei offenen Verbrennungen	156	
8 VERGIFTUNGEN	○	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	○	188
Wespen-und Bienenstich	190	
Zeckenbiss – was nun?	196	
10 BAUCHSCHMERZEN	○	204
Ursachen von akuten Bauchschmerzen	206	
11 AUGENVERLETZUNGEN	○	212
Fremdkörper im Auge	214	
Verletzungen des Auges	216	
12 FIEBER BEI KINDERN	○	218
Was bei Fieber zu beachten ist	220	
Fiebersenkende Maßnahmen	224	
Fieberkrampf	225	
13 ERSTE HILFE MIT HOMÖOPATHIE	○	228
Einführung in die Homöopathie	231	
Was hilft im Notfall?	238	
14 RICHTIG VORBEUGEN	○	246
Kinder sind noch keine Alleskönner	248	
Vorbeugende Maßnahmen und Hilfsmittel	251	
15 HAUSAPOTHEKE	○	264
16 SOFORTANLEITUNGEN	○	268
BILDNACHWEIS	○	286
DOWNLOAD-SERVICE	○	287
REGISTER	○	288