

Inhalt

1	Grundlagen der Ersten Hilfe	13
1.1	Erste Hilfe – warum eigentlich?	13
1.1.1	Gesetzliche Pflichten zur Erste-Hilfe-Leistung	14
1.1.2	Grenzen der Ersten Hilfe	15
1.1.3	Was zu tun ist – und was nicht	18
1.1.4	Besondere Stellung von Angehörigen der Pflegeberufe . .	19
1.1.5	Schutz der HelferInnen – Unfallversicherung bei Erste-Hilfe-Leistungen.	20
1.2.1	Der Sturz	22
1.2.2	Arbeitsunfälle	23
1.2.3	Krankenhaushygiene	23
1.2.4	Nadelstichverletzungen	24
1.2.5	Verhütung von Ertrinkungsunfällen	26
1.2.6	Verhütung von Unfällen durch elektrische Ladung . .	26
1.3	Lebensrettende Sofortmaßnahmen	29
1.3.1	Gefahrenzone	29
1.3.2	Kontrolle von Bewusstsein, Atmung und Kreislauf . .	32
1.3.3	Bewusstlosigkeit: stabile Seitenlage	39
1.3.4	Notruf	42
1.3.5	Atem-Kreislauf-Stillstand: Wiederbelebung mit Defibrillation	44
1.3.6	Starke Blutung: Blutstillung	53
1.3.7	Der Schock	55
2	Weitere Erste Hilfe	66
2.1	Hautverletzungen	66
2.1.1	Mechanische Wunden	67
2.1.2	Thermische Wunden	69
2.1.3	Chemische Wunden	73
2.2	Knochen- und Gelenkverletzungen	75
2.2.1	Knochenbrüche (Frakturen)	76
2.2.2	Gelenkverletzungen	78
2.3	Skelettmuskel- und Sehnenverletzungen	81
2.3.1	Entstehung von Muskel- und Sehnenrissen	82

3	Besondere Notfälle	85
3.1	Störungen durch Wärme- und Kälteeinwirkung	85
3.1.1	Die Körpertemperatur	85
3.1.2	Wie funktioniert die Temperaturregulation beim Menschen?	85
3.1.3	Temperaturbereiche außerhalb der Norm: Hypo- und Hyperthermie	87
3.2	Strom- und Blitzunfälle	94
3.2.1	Der Stromunfall	95
3.2.2	Der Blitzunfall	99
3.3	Ertrinkungs- und Tauchunfälle	101
3.3.1	Ertrinken	101
3.3.2	Tauchunfälle	103
3.4	Schädel-Hirn-Trauma	106
3.4.1	Unfallursachen und Unfallhäufigkeit	107
3.4.2	Intrakranieller Raum und Gehirndruck	107
3.4.3	Symptome und Beurteilung der Schwere der Gehirnschädigung	109
3.4.4	Schädelknochenbrüche	110
3.4.5	Endokranielle Hämatome (= innere Schädelblutungen)	111
3.5	Vergiftungen	114
3.5.1	Ausgewählte Gifte	116
4	Notfälle bei verschiedenen Erkrankungen	118
4.1	Der akute Bauchschmerz (das „akute Abdomen“)	118
4.1.1	Ursachen nach Quadranten	121
4.1.2	Die häufigsten akuten Bauchschmerz-Ursachen und Erste-Hilfe-Maßnahmen	121
4.2	Gynäkologische Notfälle und Geburt	127
4.2.1	Akute Komplikationen während der Schwangerschaft ..	127
4.2.2	Schwangerschaft und Geburt	131
4.3	Augennotfälle	133
4.4	HNO-Notfälle	137
4.5	Pulmonale und kardiologische Notfälle	141
4.5.1	Pulmonale Notfälle	142
4.5.2	Kardiale Notfälle	144

4.6 Notfälle bei neurologischen Störungen	149
4.6.1 Schlaganfall	150
4.6.2 Krampfanfall	152
4.6.3 Meningitis	154
4.7 Psychiatrische Notfälle	155
4.7.1 Störungen des Bewusstseins und der Orientierung ..	156
4.7.2 Erregungszustände, aggressives und fremdgefährdendes Verhalten	157
4.7.3 Angststörungen	158
4.7.4 Störungen der Wahrnehmung, des Denkens und der Sprache	159
4.7.5 (Störungen mit) Selbstgefährdung	160
 5 Brand- und Strahlenschutz	164
5.1 Brandschutz	164
5.1.1 Brandursachen und Brandklassen	164
5.1.2 Vorbeugender und baulicher Brandschutz	166
5.1.3 Maßnahmen bei Brandverdacht oder Brand	169
5.2 Strahlenschutz	174
5.2.1 Strahlung und ihre Wirkung	174
5.2.2 Gefahrenquellen	176
5.2.3 Gesetzlicher Strahlenschutz	178
5.2.4 Schutzmaßnahmen	179
5.2.5 Warnung durch Sirenensignale	181
 6 Präklinische und klinische Notfallversorgung	184
6.1 Organisation der präklinischen Notfallmedizin	184
6.2 Organisation der innerklinischen Notfallmedizin	186
6.3 Maßnahmen der präklinischen und der innerklinischen Notfallmedizin	187
6.3.1 Peripherer Venenkatheter	188
6.3.2 Zentraler Venenkatheter	189
6.3.3 Intraossärer Zugang	189
6.3.4 Infusion	190
6.3.5 Monitoring	190
6.3.6 Atemwegssicherung	193
6.4 Notfallausrüstung	197

7	Katastrophen- und Krisenmanagement	201
7.1	Katastrophenmanagement	201
7.1.1	Zuständigkeit bei Katastrophen	202
7.1.2	Phasen des Katastrophenmanagements	204
7.1.3	Maßnahmen vor Ort	204
7.2	Psychische Erste Hilfe und Krisenbewältigung	208
7.2.1	Entstehung von psychosozialen Krisen	209
7.2.2	Psychologische Interventionen bei Notfällen	210
7.2.3	Maßnahmen zur Entlastung der Notfallsituation	211
7.2.4	Psychohygiene für HelferInnen	212
8	Literatur	214
9	Kurzbiografien	219