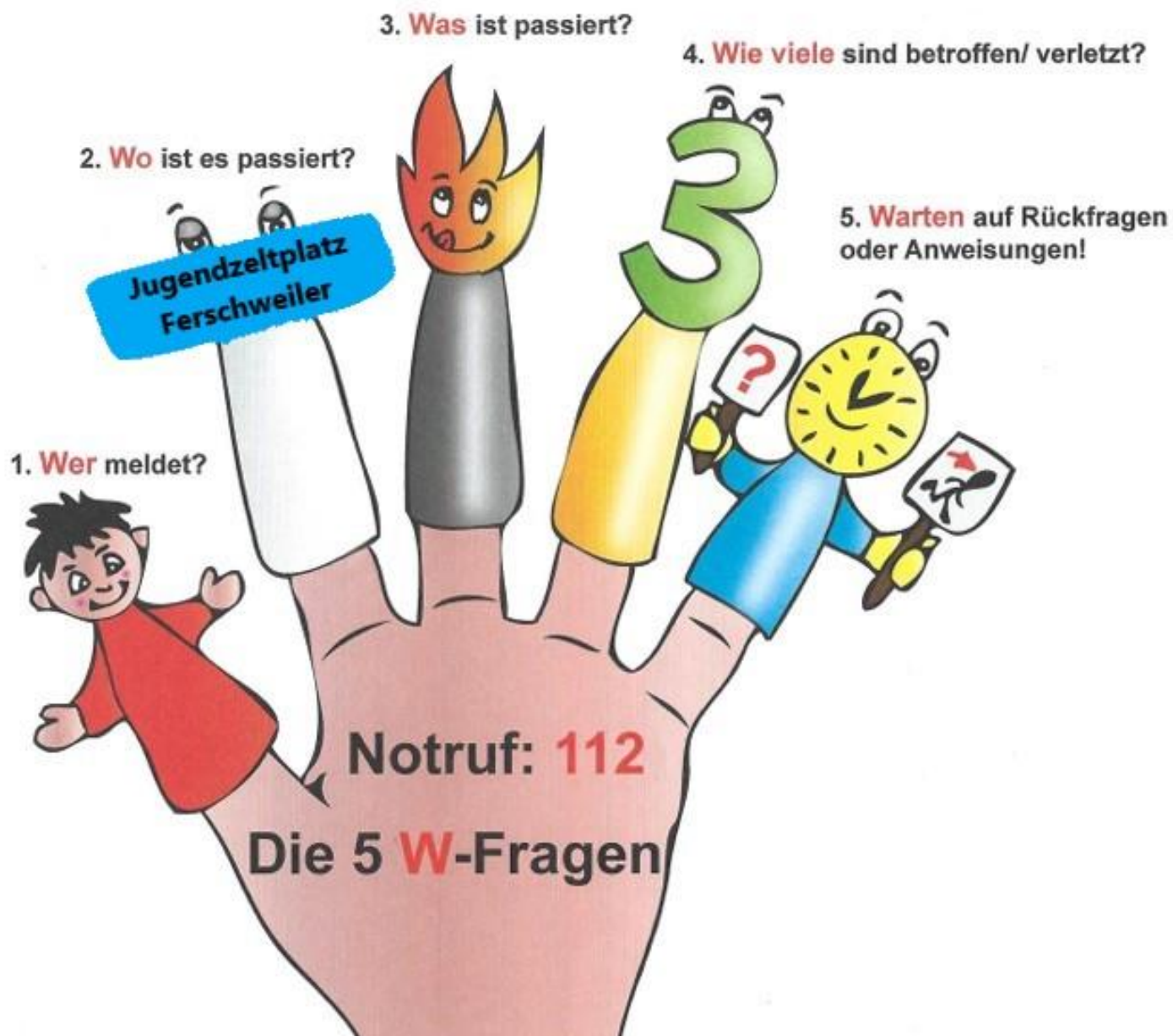
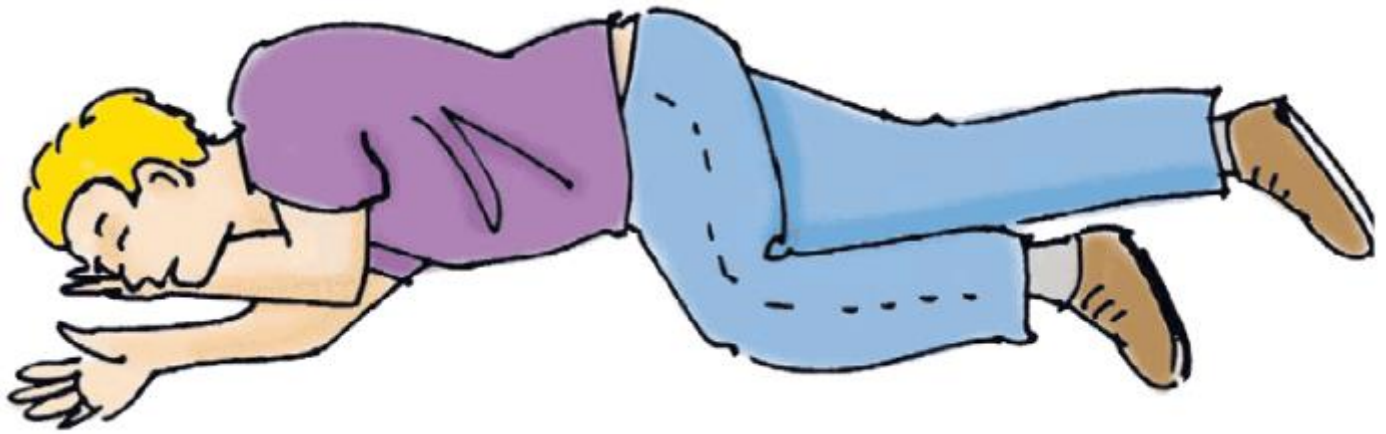




Erste Hilfe (Spiel)





Stabilen Seitenlage

1. Die Atemkontrolle kann nur in Rückenlage durchgeführt werden. Erst danach entscheidet sich der Helfer zwischen der stabilen Seitenlage oder einer Reanimation in Rückenlage.



2. Für die stabile Seitenlage ist es wichtig, dass sich der Helfer seitlich neben dem Betroffenen hinkniet und dafür sorgt, dass die Beine des Bewusstlosen ausgestreckt sind. Der Arm, der auf der Seite des Helfers ist, sollte angewinkelt nach oben gelegt werden. Die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben.

3. Der dem Helfer ferne Arm wird am Handgelenk gefasst und nun quer über den Brustkorb des Bewusstlosen gelegt. Der Handrücken kommt auf die Wange des Bewusstlosen und muss dort festgehalten werden.

4. Als Nächstes muss der Helfer den Oberschenkel des fernen Beines fassen und das Bein beugen. Der Betroffene wird zum Helfer herübergezogen. Das „Ziehen“ kann auch am Knie der betroffenen Person erfolgen, um die Hebelwirkung zu nutzen. Das ist beispielsweise bei schweren Menschen der Fall. Während des „Ziehens“ wird durch die Hand des Helfers der Kopf des Betroffenen gestützt. So wird die Person einfach und schonend auf die Seite des Helfers gedreht. Dabei muss der Helfer darauf achten, den Kopf aktiv zu führen, um ein Verdrehen der Halswirbelsäule zu verhindern. Das nach oben gezogene Bein wird so ausgerichtet, dass der Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte liegt. Dabei muss jedoch darauf geachtet werden, dass der Fuß nicht vom Boden abgehoben wird.

3.



4.



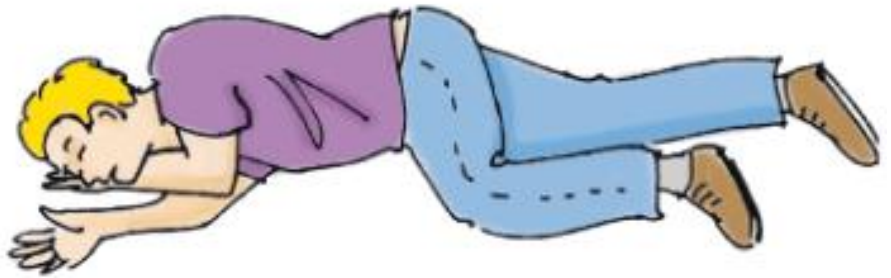
5. Anschließend muss der Kopf des Bewusstlosen nach hinten gestreckt werden, um so das Freihalten der Atemwege sicherzustellen. Die an der Wange liegende Hand des Bewusstlosen muss so positioniert werden, dass der Hals auch überstreckt bleibt.

6. Nach erfolgter Seitenlagerung muss spätestens jetzt der Notruf durchgeführt werden, sofern zuvor kein weiterer Helfer mit dieser Aufgabe betraut werden konnte.

5.



6.



Schritt-für-Schritt-Anleitung: Rettungsgriff

1.



2.



3.



4.



© NetDoktor yindee - Adot





Warnweste anziehen
Warndreieck aufbauen
Warndreieck wieder abbauen

Das Warndreieck sollte innerorts mindestens 50 Meter, auf Landstraßen mindestens 100 Meter und auf Autobahnen mindestens 150 bis 400 Meter von der Unfallstelle entfernt aufgestellt werden. Die genaue Entfernung sollte immer an die Verkehrssituation und die örtlichen Gegebenheiten angepasst werden.

Zecken richtig entfernen

1

Verwenden Sie zum Entfernen eine Zeckenzange, eine spitze Pinzette oder eine Zeckenkarte.

2

Setzen Sie diese dicht über der Haut an und fassen Sie damit die Zecke. Vermeiden Sie es, den Leib zu quetschen.

3

Ziehen Sie die Zecke langsam heraus.

4

Desinfizieren Sie die Einstichstelle und untersuchen Sie die Wunde nach Zeckenresten.

Entgegen vieler Empfehlungen sollten Sie die Zecke weder drehen noch mit Öl, Klebstoff oder Alkohol beträufeln.



STICHKUNDE: Welches Insekt hat mich gestochen?

MÜCKE

●●●● Juckreiz
●●○○ Rötung
●○○○ Schwellung
○○○○ Schmerzfaktor



BREMSE

●●●● Juckreiz
●●●○ Rötung
●●○○ Schwellung
●○○○ Schmerzfaktor



STECHFLIEGE

●●●○ Juckreiz
●●○○ Rötung
●●○○ Schwellung
●○○○ Schmerzfaktor



! Bildung einer kleinen
Quaddel um Einstichstelle

! Blutergüsse um Einstichstelle
! Nachblutung ist möglich

! Nachblutung ist möglich

BIENE

●○○○ Juckreiz
●○○○ Rötung
●●●○ Schwellung
●●●○ Schmerzfaktor



WESPE

●○○○ Juckreiz
●○○○ Rötung
●●●○ Schwellung
●●●○ Schmerzfaktor



HUMMEL

●○○○ Juckreiz
●○○○ Rötung
●●●○ Schwellung
●●●○ Schmerzfaktor



HORNISSE

●○○○ Juckreiz
●○○○ Rötung
●●●○ Schwellung
●●●○ Schmerzfaktor



! Stachel bleibt stecken
! Biene stirbt nach Stich

! Stachel bleibt **nicht** stecken

! Stachel bleibt **nicht** stecken

! Stachel bleibt **nicht** stecken

●●●● sehr stark ●○○○ gering



Herkulesstaude – Finger weg von dieser Pflanze

