

Erste Hilfe bei Kindern

Wichtige Telefonnummern

- Rettungsdienst: 112
- Giftnotruf: _____
- Kinderarzt: _____

Notruf absetzen

- 112 anrufen
- Geben Sie Antworten auf diese 5 W-Fragen:
 - Wo ist es passiert?
 - Was ist passiert?
 - Wie viele Verletzte/Erkrankte gibt es?
 - Welche Verletzungen/Erkrankungen konnten Sie entdecken?
 - Warten auf Rückfragen!

Die ersten Schritte bei Verletzungen

1. Ruhe bewahren
2. Situation erfassen:
 - Woran hat sich das Kind verletzt?
 - Wo lauern weitere Gefahren?
 - Wie geht es Ihrem Kind? Welche Symptome hat es?
 - Wie können und müssen Sie selbst sich schützen?
3. Umstehende Personen um Hilfe bitten (z. B. Notruf absetzen, Verbandkasten bringen)
4. Bleiben Sie wenn möglich beim Kind und versuchen Sie, es zu beruhigen.

Verbrennungen

Kleine Verbrennungen

- Geschlossene Hautstelle unter lauwarmes (!) Wasser halten
- maximal 20 Minuten kühlen

Großflächige Verbrennungen

- Notruf 112 wählen
- nicht kühlen
- eingebrannte Kleidung nicht abreißen

⚠ Bei Verbrennungen an Gesicht, Genitalien oder Händen und bei größeren, tieferen Wunden gehen Sie zum Arzt! Auf keinen Fall Salben auf Verbrennungen auftragen.

Nasenbluten

- Kind aufrecht hinsetzen, Kopf leicht nach vorne beugen
- Ein kaltes Handtuch im Nacken kann dabei helfen, die Blutung zu stillen
- Keine Wattepfropfen oder Ähnliches in die Nasenlöcher stecken. Das Blut muss abfließen können.

⚠ Nasenbluten hält länger an: kontaktieren Sie Ihren Kinderarzt.

Vergiftung

- Kein Erbrechen auslösen!
- Keine Milch geben!
- Kleine Schlucke Wasser oder Saft zum Trinken geben, um den Schadstoff zu verdünnen

Giftnotruf anrufen:

- Wer (Alter, Gewicht)
- Was (Name des Produktes, Giftstoff)
- Wann (genauer Einnahmezeitpunkt)
- Welche Menge wurde verschluckt

⚠ Kind hat Beschwerden (z. B. Atemnot):
Notruf 112 anrufen!

Kleine Wunden

Gründlich Hände waschen oder besser Einmalhandschuhe anziehen, bevor Sie die Wunde versorgen. So vermeiden Sie, dass Keime in die Wunde kommen.

- Verschmutzte, offene Wunden mit Wasser ausspülen
- Sprühdeseinfektion auftragen
- Offene, nässende Wunden mit sterilen Kompressen abdecken und verbinden
- Nicht mit Salben behandeln
- Pflaster aufkleben, ohne weiße Wundauflage zu berühren

Große, blutende Wunden

- Notruf 112 wählen
- Die Blutung stoppen: sterile Kompresse oder ein dickes, keimfreies Tuch (notfalls Taschentuch) fest auf die Wunde drücken, bis die Blutung nachlässt
- Reicht das nicht, muss ein Druckverband her
- Größere Splitter oder Glas in der Wunde nicht herausziehen. Sonst können weitere Verletzungen entstehen.

Verschlucken

Babys unter 1 Jahr:

- Baby mit dem Bauch auf den Unterarm legen
- Kopf sollte tiefer liegen als der restliche Körper
- fest auf den Rücken zwischen die Schulterblätter klopfen

Kinder über 1 Jahr:

- Versuchen Sie, Husten auszulösen.
- Kind bäuchlings übers Bein legen ODER nach vorne beugen
- fest auf den Rücken zwischen die Schulterblätter klopfen

⚠ Baby/Kind atmet nicht oder läuft blau an?
Notruf 112 anrufen!

Versuchen Sie, die Atemwege frei zu machen und beginnen Sie mit der Atemspende und Herzdruckmassage.

Stabile Seitenlage

Die Seitenlage muss nicht perfekt sein – wichtig ist, dass das Kind nicht auf dem Rücken liegt. Es könnte sonst an seiner Zunge oder an Erbrochenem ersticken.

- Knien Sie sich neben das Kind
- Den Arm auf Ihrer Seite anwinkeln, Handfläche zeigt nach oben



- Den anderen Arm über den Brustkorb ziehen, den Handrücken an die Wange legen
- Das weiter von Ihnen entfernte Knie beugen und das Kind damit vorsichtig zu sich herüberdrehen



- Den Kopf des Kindes vorsichtig in den Nacken legen – außer bei Verletzungen an der Halswirbelsäule
- Der Mund sollte der tiefste Punkt sein und geöffnet werden, damit Erbrochenes abfließen kann



- Regelmäßig die Atmung kontrollieren



Stabile Seitenlage, Herzdruckmassage und Wiederbelebung

Bewusstsein prüfen

- Babys leicht in den Oberarm kneifen
- Kind mehrfach laut ansprechen
- Kinder und Babys nicht schütteln!
Es droht ein Schütteltrauma

Kind ist bewusstlos

- Kind auf den Rücken legen
- Atmung kontrollieren
- Notruf 112 wählen

Atmung kontrollieren

- Hebt und senkt sich der Brustkorb?
- Hören Sie das Kind atmen?
- Spüren Sie den Atem an Ihrer Wange?

Kind atmet → **Stabile Seitenlage**
Kind atmet nicht → **Wiederbelebung**

Wiederbelebung

Rufen Sie in jedem Fall vor Beginn um Hilfe!
Wechseln Sie sich möglichst alle zwei Minuten mit einer anderen Person ab.
Legen Sie das Kind auf eine (Rettungs)decke auf den Boden.
Wichtig: anders als bei Erwachsenen den Kopf bei der Beatmung nicht überstrecken!

Bei Säuglingen:

- Atemwege frei machen, Fremdkörper entfernen
- fünf Beatmungen: am besten mit dem Mund über Mund und Nase des Babys, ansonsten Mund zu Mund oder Mund zu Nase
- Zeige- und Mittelfinger auf das Brustbein legen.
- Insgesamt 30-mal schnell und kräftig in der Mitte des Brustkorbs drücken (pro Sekunde zweimal!).
- Der Brustkorb sollte sich etwa um 1/3 senken.
- Atmung kontrollieren und wenn nötig von vorne beginnen: zwei Atemspenden – 30 Herzdruckmassagen.

Bei Kindern über einem Jahr:

- Atemwege frei machen, Fremdkörper entfernen
- fünf Atemspenden, Mund zu Mund oder Mund zu Nase
- Handballen einer Hand auf das untere Drittel des Brustbeins legen, die andere Hand darüber.
- Beugen Sie sich über den Brustkorb des Kindes.
- Drücken Sie das Brustbein mit durchgestrecktem Arm etwa fünf Zentimeter nach unten. Achten Sie dabei darauf, dass Ihre Finger nicht auf der Brust des Kindes aufliegen.
- Drücken Sie gleichmäßig etwa 2-mal pro Sekunde – insgesamt 30-mal. Nach jedem Drücken entlasten Sie das Brustbein wieder, ohne Ihre Hände wegzunehmen.
- Atmung kontrollieren und wenn nötig von vorne beginnen: zwei Atemspenden – 30 Herzdruckmassagen.



! Den richtigen Rhythmus für die Herzdruckmassage hat z. B. der Refrain des Songs „Stayin' alive“ von den Bee Gees.