



FIRST AID- MANUAL

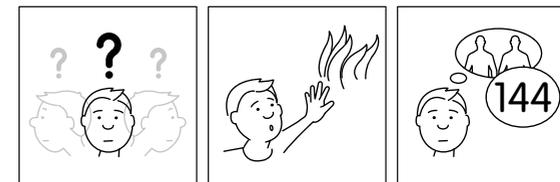
INHALTSVERZEICHNIS

Mit System Hilfe leisten	4
Herz-Kreislauf-Stillstand	6
Herzinfarkt	8
Schlaganfall	10
Verletzung der Wirbelsäule	12
Relevante innere/ äussere Blutung	14
Krampfanfall	16
Atemnot/Verlegung der Atemwege	18
Relevante Kreislauf-/Bewusstseinsstörung	20
Relevante Verletzung der Haut/Schleimhäute (Verätzung, Verbrennung, Verletzung)	22
Psychische Notfallsituationen	24
Vorgehen bei Unwohlsein	26
Erste Hilfe bei Bagatellverletzungen	28
Kindernotfälle	30
Erste Hilfe in Freizeit und Sport	36
Erste Hilfe im Sicherheitsdienst	38
Dokumentation von Hilfeleistungen	42
Ausbildungsbestätigungen	44
Persönliche Notizen	48
Dank System wirksam und sicher Erste Hilfe leisten	52
Die goldenen Regeln der Ersten Hilfe	53

ÜBER DAS FIRST AID-MANUAL

Dieses First Aid-Manual wurde durch die JDMT Medical Services AG (JDMT) produziert. JDMT ist ärztlich geführt. Texte/Grafiken wurden sorgfältig erstellt. Wie immer aber gilt: Der Herausgeber lehnt jede Haftung ab für Ergebnisse, die infolge Verwendung dieses First Aid-Manuals entstanden sind. Der Inhalt dieses Manuals kann von Dritten genutzt werden. Zusätzliche First Aid-Manuals können bei JDMT bestellt werden. Weiterführende Informationen zu Themen der Ersten Hilfe sind auf www.helptown.ch zugänglich.

**1 Situation
Sicherheit
Support**



2 Erster Eindruck



**3 Patienten-
beurteilung**

Bewusstsein	+	?	-
Atmung	+	?	-
Kreislauf	+	?	-
Verletzungen	+	?	-

**4 Realisieren
Entscheiden
Organisieren**



**5 Medizinische
Massnahmen**

- > Alarmieren & Einweisen
- > Kompressionen
- > AED/Defi
- > Halsschienengriff
- > Heimlich-Manöver
- > Blutstillung
- > Zucker verabreichen
- > Bewusstlosenlagerung
- > Krampfanfall: Kopf stützen
- > Wunden versorgen

IN JEDEM NOTFALL MIT SYSTEM HILFE LEISTEN!



1

Situation, Sicherheit, Support

- > Was ist die Situation? Welche Kräfte haben gewirkt?
- > Bagatellereignis oder schwerwiegender Notfall?
- > Mehrere Betroffene? Komplexe Umstände?

- > Bestehen Gefahren für Retter, Betroffene, Umstehende?
- > Welche Massnahmen müssen zur Sicherung getroffen werden?
- > Absperren, (sich) entfernen, andere Massnahmen?

- > Ist jetzt bereits klar, dass Support nötig ist?
- > Rettungsdienst, Feuerwehr, andere Helfer?
- > Niederschwellig mit Notruf 144 Rücksprache nehmen.

2

Erster Eindruck

Sich innert Sekunden ein Gesamtbild vom Zustand des Patienten machen:

- > Steht, sitzt oder liegt der Patient? Sind dessen Augen geöffnet?
- > Spricht er, kann er Auskunft geben, wirkt er verwirrt?
- > Hat er Schmerzen, sind Verletzungen offensichtlich? Blutet er?
- > Wirkt die Atmung normal? Wirkt die Haut / Hautfarbe normal?

3

Patientenbeurteilung

Systematisch den Zustand des Patienten beurteilen:

Bewusstsein > Atmung > Kreislauf > Verletzungen

Immer sich die Frage stellen, ob das Beurteilte «im grünen Bereich» ist oder nicht. Ist etwas nicht «im grünen Bereich», so ist es definitionsgemäss im «roten Bereich». Konsequenz: Im Verlauf muss dieser Aspekt mit einer medizinischen Fachperson besprochen werden.

- > Ist die Person bei vollem Bewusstsein? Oder wirkt sie verwirrt bzw. ist sogar bewusstlos?
- > Wirkt die Atmung normal? Oder atmet der Betroffene sehr schnell bzw. äussert er Mühe zu atmen?
- > Ist ein Pfeifen beim Ein- oder Ausatmen hörbar?
- > Sind Kreislaufprobleme erkennbar (Schwindel, Unwohlsein, Blässe, Schweissperlen)?
- > Sind Verletzungen erkennbar (Fehlstellungen von Extremitäten, Schwellungen, Blutungen)?
- > Ist mit inneren Verletzungen (innere Blutungen, Verletzung der Wirbelsäule) zu rechnen?

4

Realisieren, Entscheiden, Organisieren

- > Ist die Situation dringlich oder nicht? Was ist das Hauptproblem?
- > Realisiere, was dem Patienten fehlt?
- > Könnte ein Herzinfarkt vorliegen? Eine Verletzung der Wirbelsäule?
- > Ziel ist es, nichts Relevantes zu verpassen.
- > Entscheide, wie Du vorgehen willst. Und organisiere alles Nötige.

Ist von einem Herzinfarkt auszugehen, so soll bewusst entschieden werden, konsequent gemäss Schema Herzinfarkt vorzugehen. Selbst wenn der Betroffene darob nicht begeistert ist und am liebsten in Ruhe gelassen werden möchte.

Im Zweifel immer mit einer medizinischen Fachperson / Notruf 144 Rücksprache nehmen – auch ohne Einwilligung der betroffenen Person.

- > Welche organisatorischen Massnahmen sind zu treffen (Einweisposten für Rettungswagen, Herbeiholen von AED und Erste-Hilfe-Ausrüstung)?
- > Ist eine Rea-Bereitschaft (AED, weitere Helfer ausser Sichtweite des Patienten) zu erstellen?
- > Muss für Ruhe gesorgt, müssen Personen weggeschickt werden?

HERZ-KREISLAUF-STILLSTAND

JDMT Service Line
+41 44 404 51 51



TOP TEN DER ERSTEN HILFE 6 | 7

Von Herz-Kreislauf-Stillstand spricht man, wenn das Herz nicht mehr in der Lage ist, den Kreislauf durch ausreichende Pumpfunktion aufrechtzuerhalten. Der Blutfluss kommt zum Erliegen. Der Nachschub an sauerstoffreichem Blut für Gehirn und andere Organe ist nicht mehr gewährleistet.

► Symptome sind:

- > Bewusstlosigkeit
- > Fehlen von Atmung und Kreislauf (von «Lebenszeichen»)

► Erste Hilfe bedeutet hier:

- > **Realisieren:** Kreislaufstillstand: Jede Sekunde zählt!
- > **Alarmieren:** Sofort intern (Helfer, AED) und extern alarmieren (Notruf 144)!
- > **Pumpen:** Sofort mit Thoraxkompressionen beginnen!
- > **Schocken:** Erstdefibrillation innert 3 Minuten!
Beatmung mittels Taschenmaske / Hilfsmitteln

🔍 Beachte auch:

- > Bei Herz-Kreislauf-Stillstand zählt buchstäblich jede Sekunde. 75 Prozent der Betroffenen überleben bei Defibrillation innert 3 Min., exponentiell mehr/weniger bei günstigeren/schlechteren Reaktionszeiten.
- > Thoraxkompressionen müssen sofort aufgenommen und nur zur Analyse und zur Schockabgabe des AEDs unterbrochen werden.
- > Beatmung soll aufgenommen werden, sobald Realisieren, Alarmieren, Pumpen und Schocken gewährleistet sind, genügend Helfer vorhanden sind und/oder Voraussetzungen geschaffen sind, dass trotz Beatmungsversuchen Thoraxkompressionen und AED-Einsatz nicht eingeschränkt werden. 30 Thoraxkompressionen gefolgt von 2 Beatmungsstößen werden bis Eintreffen des Rettungsdienstes repetitiv angewendet. Alle 2 Minuten analysiert der AED den Herzrhythmus und lässt ggf. einen Schock zu. Während Analyse und Schockabgabe darf der Patient nicht berührt werden.

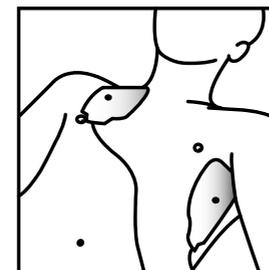
1 Realisieren Alarmieren



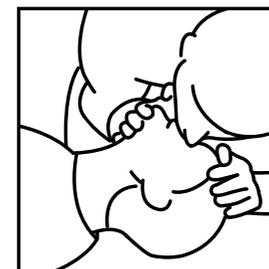
2 Pumpen



3 Schocken



4 Beatmen





Von Herzinfarkt spricht man, wenn ein Teil des Herzmuskels nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt wird, weil ein zuführendes Blutgefäss verstopft ist. Ein Herzinfarkt gefährdet die Funktion des Herzmuskels und kann unvermittelt in einen Herz-Kreislauf-Stillstand übergehen.

► **Symptome sind:**

- > Druckgefühl in Brustgegend
- > Schmerzen in Brustgegend, evtl. ausstrahlend
- > Atemnot
- > Angst
- > Kaltschweissigkeit

► **Erste Hilfe bedeutet hier:**

- > Patienten nicht bewegen und mit Oberkörper hoch lagern
- > Rea-Bereitschaft erstellen (AED und Helfer holen lassen)
- > Notruf 144 wählen (lassen)
- > Für eine möglichst ruhige Umgebung sorgen, Patienten beruhigen



Beachte auch:

> Bis zu einem Drittel der Herzinfarkte sind sogenannte «stumme Infarkte» mit keinen oder fast keinen Symptomen. **Darum gilt:** Fühlt sich eine Person unwohl und ist sie älter als 40 Jahre, dann nimm mit einer medizinischen Fachperson Rücksprache. Dadurch reduzierst Du das Risiko, einen Herzinfarkt zu übersehen.

1

Herzinfarkt:
die typischen
Symptome



2

Oberkörper
hochlagern



3

Beruhigen,
Notruf 144
wählen!



4

Rea-Bereitschaft
erstellen



SCHLAGANFALL

JDMT Service Line
+41 44 404 51 51



TOP TEN DER ERSTEN HILFE 10 | 11

Ein Schlaganfall ist der «Herzinfarkt des Gehirns»: Ein Blutgefäss ist verstopft, Hirngewebe wird nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Bisweilen kommt es auch zu einem Gefässriss (Hirnblutung). Dann spricht man ebenfalls von einem Schlaganfall. Die Symptome eines Schlaganfalls sind abhängig vom Hirnareal, das betroffen ist.

▶ Symptome sind:

- > Plötzlich einsetzende, sehr starke Kopfschmerzen
- > Plötzlich auftretende, meist einseitige Lähmungen und/oder Gefühlsstörungen
- > Seh-, Gleichgewichts- und/oder Sprachstörungen

▶ Erste Hilfe bedeutet hier:

- > Patienten nicht bewegen, dessen Oberkörper hochlagern
- > Notruf 144 wählen (lassen)
- > Patienten beruhigen und für Ruhe sorgen



Beachte auch:

- > Beim Hirnschlag ist rasche Hilfe entscheidend. Wird früher geholfen, lässt sich der Schaden des Gehirns reduzieren («Time is brain»).
- > Wann immer jemand «komisch» wirkt, einen Hirnschlag in Erwägung ziehen und mit einer medizinischen Fachperson Rücksprache nehmen.

1

Vernichtende
Kopfschmerzen



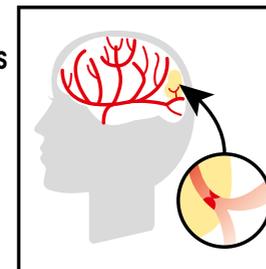
2

Lähmung sichtbar
an Gesicht, Arm
und Bein



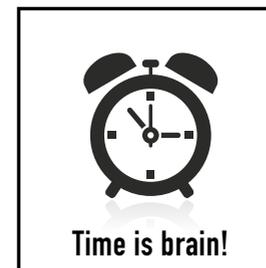
3

Arterienverschluss
oder Blutung



4

Rasche Hilfe,
bessere
Ergebnisse





Relevante Blutungen müssen immer raschestmöglich gestoppt werden. Äussere Blutungen durch Druck auf die Wunde, innere Blutungen durch einen Eingriff des Chirurgen. Blutungen kommen durch scharfe oder stumpfe Gewalteinwirkungen zustande. Besonders innere Blutungen können länger unentdeckt bleiben.

► Symptome sind:

- > Starke, gar spritzende Blutung nach aussen
- > Bauchschmerzen
- > Schwindel, Kraftlosigkeit
- > Eintrübende Bewusstseinslage
- > Atemnot
- > Blässe, Kältegefühl, Kaltschweissigkeit

► Erste Hilfe bedeutet hier:

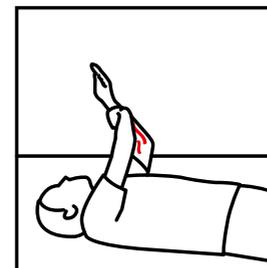
- > Patient möglichst wenig bewegen, stehenden Patienten hinsetzen lassen
- > Äussere Blutung durch Druck auf die Wunde stoppen
- > Betroffene Extremität hoch halten (lassen)
- > Druck auf die zuführende Arterie (Oberarminnenseite, Leiste)
- > Druckverband anlegen
- > Notruf 144 wählen (lassen)
- > Bei Verdacht auf innere Blutungen für schnellstmögliche Hospitalisation des Patienten mittels Rettungsdienst sorgen

🔍 Beachte auch:

- > Blutet es relevant nach aussen, dann stoppe die Blutung sofort. Nutze dazu z. B. die Hand des Patienten, Deine Hand (mit Handschuh), irgendeinen Gegenstand wie z. B. ein Tuch, Papier und sobald verfügbar medizinische Gazen.
- > Innere Blutungen sind häufig schwierig zu erkennen. Könnte eine relevante Kraft auf Brustkorb, Bauch und/oder Becken gewirkt haben, dann muss der Betroffene zwingend sofort mittels Rettungswagen hospitalisiert werden. Wer «heilt» hier den Patienten? Nur der Chirurg im Operationssaal, sofern der Patient rechtzeitig bei ihm eintrifft.

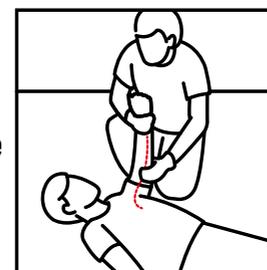
1

Patienten
abdrücken lassen



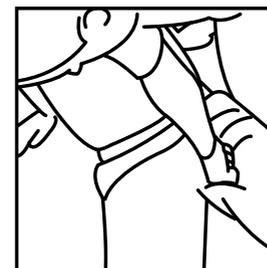
2

Extremität hoch-
lagern, Druck auf
Wunde und Arterie



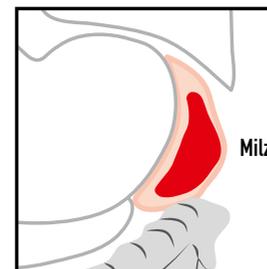
3

Beinblutung:
Druck mit Faust
in Leiste



4

Innere Blutung
nicht verpassen!



RELEVANTE VERLETZUNG DER HAUT / SCHLEIMHÄUTE (VERÄTZUNG, VERBRENNUNG, VERLETZUNG)

JDMT Service Line
+41 44 404 51 51



TOP TEN DER ERSTEN HILFE 22 | 23

Haut und Schleimhäute sind weit mehr als nur Körperhüllen. Entsprechend relevant sind Schädigungen für die Gesundheit. Verletzungen an Haut und Schleimhäuten können mechanisch (Schürfungen, Schnittverletzungen), chemisch (Verätzungen durch Säuren oder Laugen) und thermisch (Verbrennungen, Verbrühungen) bedingt sein.

▶ Symptome sind:

- > Schmerzen
- > Rötung, Schwellung, Blutung
- > Blasen-/Geschwürbildung

▶ Erste Hilfe bedeutet hier:

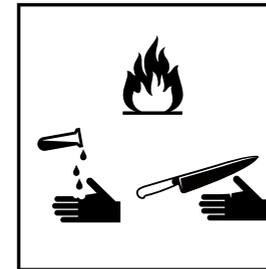
- > Einwirkung von schädendem Stoff beenden (Reizstoff, ätzende Substanzen und Hitze)
- > Reinigung und Kühlung der betroffenen (Schleim-)Hautareale mit körperwarmem Wasser
- > Rücksprache mit medizinischer Fachperson nehmen
- > Schonen der betroffenen Areale
- > Weitere Massnahmen gemäss Absprache mit medizinischer Fachperson

🔍 Beachte auch:

- > Was beim Patienten zu Verletzungen führte, kann auch die Retter verletzen. Sicherstellen, dass schädigender Stoff für Retter keine Gefährdung bedeutet.
- > Verbrennungen werden häufig unterschätzt. Bei Verbrennungen an Gesicht, Genitalien sowie über Gelenken und an den Füssen/Händen sowie bei Verbrennungen mit Blasenbildung immer mit medizinischer Fachperson Rücksprache nehmen.
- > Bei Verätzungen/Verletzungen des Auges: Spülen mit geeigneter Spüllösung oder Wasser. Darüber hinaus keine mechanische Wirkung auf das betroffene Auge. Rücksprache mit medizinischer Fachperson nehmen (Augenklinik).

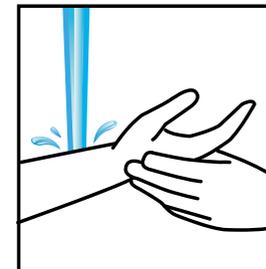
1

Mechanisch,
chemisch,
thermisch



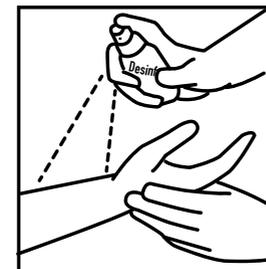
2

Einwirkung
beenden,
spülen / kühlen



3

Wunde
desinfizieren



4

Auge betroffen?
Sofort spülen





Unwohlsein ist eine häufige Erscheinung. Zumeist ungefährlich, kann Unwohlsein aber auch verbunden sein mit einem schwerwiegenden medizinischen Leiden. Beispielsweise äussert sich jeder dritte Herzinfarkt nur in Form von Unwohlsein. Wichtig ist zu unterscheiden, ob etwas Gefährliches vorliegt oder nicht.

► Symptome sind:

- > Übelkeit, Brechreiz und Erbrechen
- > Schwindel
- > Kopfschmerzen
- > Appetitlosigkeit
- > Ungutes Gefühl
- «Es geht einfach nicht so gut.»

► Erste Hilfe bedeutet hier:

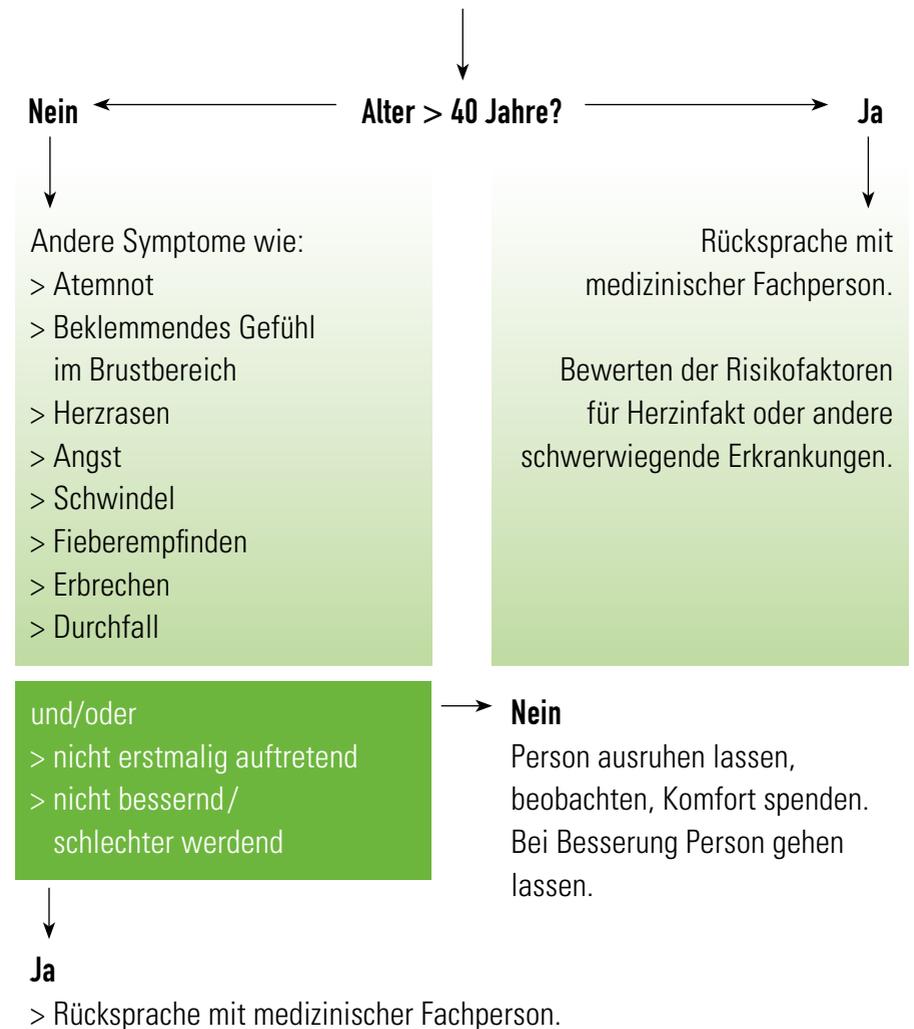
- > Person in eine sichere Position bringen (hinsetzen, hinlegen)
- > Gemäss Schema «Unwohlsein» (gegenüberliegende Seite) beurteilen, ob Rücksprache mit medizinischer Fachperson nötig ist.
- > Vorgehen gemäss Absprache mit medizinischer Fachperson oder betroffene Person schonen und beobachten



Beachte auch:

- > In bis zu einem Drittel aller Fälle von Erster Hilfe in Betrieben handelt es sich um Unwohlsein. Zumeist sind diese Situationen ungefährlich.
- > Jedoch kann ein Herzinfarkt («stummer Infarkt») ebenfalls zu Unwohlsein führen, ohne dass weitere Symptome auftreten. Drei von zehn Herzinfarkten zeigen als Symptome ausschliesslich Unwohlsein, welches teils auch ganz dezent ist.
- > JDMT empfiehlt, bei Personen mit Unwohlsein, welche 40 Jahre alt oder älter sind, immer mit einer medizinischen Fachperson Rücksprache zu nehmen.

LEITSYMPTOM UNWOHLSEIN



Kinder sind neugierig und kennen viele Gefahren nicht. Vergiftungen mit Haushaltsartikeln und Giftstoffen des Alltags sind daher bei Kindern häufige medizinische Notfälle. In Vergiftungssituationen ist primär immer der aktuelle Zustand des Kindes entscheidend. Weiter ist mit Hilfe einer medizinischen Fachperson das Schädigungsrisiko der eingenommenen Substanz zu klären.

▶ Symptome sind:

- > Plötzliches Unwohlsein
- > Auffallende Müdigkeit
- > Bauch- und/oder Kopfweh
- > Übelkeit, Erbrechen, Durchfall
- > Schwindel, Verwirrtheit
- > Gerötete Haut

▶ Erste Hilfe bedeutet hier:

- > Ruhe bewahren
- > Kein Erbrechen herbeiführen
- > Nicht trinken lassen
- > Notruf 144 wählen (lassen)
- > Feststellen, was eingenommen wurde
(Packungen/Giftreste dem Rettungsdienst mitgeben)

🔍 Beachte auch:

- > In weniger dringlichen Fällen kann auch das Toxzentrum (Tel. 145) Auskunft geben.
- > Verhält sich ein Kind auffällig ruhig, ist immer ein medizinisches Notfallereignis in Betracht zu ziehen.

Wichtig für Notrufnummern 144 resp. 145:

- > **WAS** wurde eingenommen?
- > **WIE VIEL** davon?
- > **WANN?** Wie viel Zeit ist vergangen?
- > **WIE?** Geschluckt, eingeatmet etc.?
- > **SYMPTOME?**

Bei kleinen Kindern ist die Wärmeregulation noch nicht vollständig ausgereift, weshalb sie schneller Fieber entwickeln als grössere Kinder oder Erwachsene. Von «erhöhter Temperatur» spricht man bei einer Körpertemperatur ab 37,5 °C, von «Fieber» ab 38,2 °C. Fieberkrämpfe sind Gelegenheitsanfälle, die in Verbindung mit einer fieberhaften Erkrankung auftreten. Sie kommen im Alter zwischen 6 Monaten und 5 Jahren bei zirka drei bis vier Prozent aller Kinder vor.

▶ Symptome sind:

- > Bewusstseinsverlust
- > Zuckungen der Muskulatur

▶ Erste Hilfe bedeutet hier:

- > Ruhe bewahren
- > Notruf 144 wählen (lassen)
- > Kopfschutz (Kopf vor Verletzungen schützen, nicht festhalten, nur führen)
- > Gegenstände und mögliche Verletzungsgefahren ausser Reichweite bringen
- > Nach dem Krampfanfall Atembehinderung und Auskühlung verhindern

🔍 Beachte auch:

- > Der Fieberkrampf dauert nur wenige Minuten und hört dann von selbst wieder auf. Diese Krämpfe sind in der Regel harmlos.
- > Auch wenn ein Fieberkrampf als Ursache vermutet wird, muss eine rasche medizinische Abklärung im Spital erfolgen. Selten können andere, gefährlichere Ursachen zu einem Krampfgeschehen führen (z. B. eine Entzündung der Hirnhäute).



TAKTISCHE BESONDERHEITEN

Sicherheitsmitarbeiter wirken in teils gefährlichem Umfeld. Wesentlich ist, sich während der Hilfeleistung zu sichern.

Dazu gilt es, die Logik des inneren und äusseren Ringes anzuwenden:

- > Dazu sind minimal zwei Hilfeleistende nötig.
- > Einer auf Augenhöhe des Patienten, sich um den Patienten kümmernd. Einer stehend, das Umfeld beobachtend.

Innerer Ring:

- > Hilfeleistung am Patienten

Äusserer Ring:

- > Sicherung des Hilfeleistenden; Blick gegen aussen gerichtet.



EINSATZ VON REIZSTOFF («PFEFFERSPRAY»)

Reizstoff wirkt auf Augen, Haut und Atemwege. In der Regel ist die Anwendung von Reizstoff ungefährlich. Reizstoff kann aber z. B. einen Asthmaanfall auslösen bzw. in der Gruppe zu Panik führen.

▶ Symptome sind:

- > Geschlossene Augen
- > Husten
- > Gerötete Haut
- > Übermässiger Speichelfluss
- > Brennen der Haut

▶ Erste Hilfe bedeutet hier:

- > Eigenschutz
- > Reizstoff entfernen (evakuieren, kontaminierte Kleider entfernen, Reizstoff von Haut mit Papier entfernen)
- > Mit fliessendem Wasser betroffene Areale kühlen und säubern (lindert Schmerz und entfernt Reizstoff; im Verlauf Wasser körperwarm einstellen)
- > Mit Worten zu korrekter Atmung anleiten/vor Hyperventilieren bewahren
- > Vor Auskühlung schützen/Privatsphäre geben
- > Sich auf medizinische Entgleisung vorbereiten
- > Für Asthmaanfall/Panikattacke sensibilisiert sein
- > Ggf. mit medizinischer Fachperson Rücksprache nehmen



Beachte auch:

- > JDMT empfiehlt zudem den Einsatz von Diphotérine®-Spray: reduziert Dauer und Intensität der Symptome um 50%.



STICH-/SCHUSSWUNDEN

Stichwunden sind hierzulande weit häufiger als Schusswunden. Das Vorgehen ist bei beiden Verletzungsarten gleich.

Die Oberfläche der Haut kann geringgradig verletzt, der eigentliche Schaden darunter hingegen massiv sein.

Stich-/Schusswunden können übersehen werden. Sie bluten häufig wenig nach aussen.

Ist eine Stich-/Schussverletzung möglich, so muss «aggressiv» nach einer entsprechenden Wunde gesucht werden.

Es ist bei einer Stich-/Schussverletzung immer von einer schwerwiegenden Verletzung auszugehen (besonders bei Verletzung von Kopf, Hals, Brustkorb, Bauch und Becken).

Erste Hilfe bedeutet hier, den Zeitverzug zwischen Verletzungsereignis und Behandlung im Spital minimal zu halten.

Druck auf die verletzte Stelle kann die Blutung reduzieren. Bei Amputationen und/oder intensiver äusserer Blutung an Extremitäten kann zusätzlich ein Tourniquet angebracht werden.

VERGIFTUNG MIT RAUSCHMITTELN («INTOX»)

Häufig sind Mischvergiftungen mit Alkohol, THC und harten Drogen (Kokain, andere). Relevant ist in erster Linie, in welchem Zustand der Betroffene sich befindet (Bewusstsein, Atmung, Kreislauf). Welche Substanz(en) effektiv eingenommen wurden, ist weniger entscheidend.

Die Weckbarkeit bewusstloser Personen (ohne Verdacht auf Schädel-/Hirn-/Wirbelsäulenverletzung) kann mittels Schmerzreiz (Brustbein-Reiben) überprüft werden. Nicht weckbare Personen müssen mittels Rettungswagen hospitalisiert werden.

Drogen können verschiedene Nebenwirkungen haben. Möglich sind psychische Auffälligkeiten, aber auch Krampfanfall und Herzinfarkt. Bei relevanten Symptomen ist mit einer medizinischen Fachperson Rücksprache zu nehmen. Betroffene vor Unterkühlung schützen.





Einsatzrapport

Rettensdienst benötigt? Notruf 144 JDMT Service Line +41 44 404 51 51



Datum _____ Zeit _____ Firma _____

1 Situation

Sicherheit Support

Situation Bagatelereignis Schwerwiegendes Ereignis _____
 Mehrere Betroffene Erhebliche Kraftwirkung _____

Gefahr für Retter, Patient, Umstehende? Ja Nein **Konsequenzen** _____
 Jetzt klar, dass Support nötig?
 Rettungsdienst 144 Andere Helfer AED Feuerwehr Polizei Alarmierung ausgelöst

2 Erster Eindruck

Patient

Haltung	<input type="radio"/> Steht	<input type="radio"/> Sitzt	<input type="radio"/> Liegt
Bei Bewusstsein	<input type="radio"/> Ja	<input type="radio"/> Wirkt verwirrt	<input type="radio"/> Nein
Augen geöffnet	<input type="radio"/> Ja		<input type="radio"/> Nein
Atmet	<input type="radio"/> Ja	<input type="radio"/> Problematisch	<input type="radio"/> Nein
Hat Schmerzen	<input type="radio"/> Ja		<input type="radio"/> Nein

Jetzt Notruf 144 verständigen? Kreislaufstillstand? Herzinfarkt möglich? Wirbelsäulenverletzung möglich?
 Ereignisbeschreibung _____
 Weiteres _____

3 Patientenbeurteilung

Bewusstsein <input type="radio"/> + <input type="radio"/> ? <input type="radio"/> - <input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> Bei Bewusstsein	<input type="radio"/> Verwirrt	<input type="radio"/> Bewusstlos
Atmung <input type="radio"/> + <input type="radio"/> ? <input type="radio"/> - <input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> Normal	<input type="radio"/> Zu schnell	<input type="radio"/> Keine ausreichende Atmung festgestellt
Kreislauf <input type="radio"/> + <input type="radio"/> ? <input type="radio"/> - <input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> Bekundet Atemtot	<input type="radio"/> Pfeifen beim Ein-/Ausatmen	
Verletzungen <input type="radio"/> + <input type="radio"/> ? <input type="radio"/> - <input type="radio"/> 0	<input type="radio"/> Gut	<input type="radio"/> Kaltschweissig	<input type="radio"/> Bleich <input type="radio"/> Schwindelempfinden
	Schädel-Hirn-Bereich <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein	Wirbelsäule <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein	
	Brustkorb/Bauch/Becken <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein	Arme/Beine <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein	
	Blutungen <input type="radio"/> Ja <input type="radio"/> Nein		

4 Realisieren Entscheiden Organisieren

Realisieren Situation dringlich Situation nicht dringlich
 Hauptproblem _____

Unwohlsein > Wenn 40 Jahre oder älter, dann Rücksprache mit Fachstelle nehmen (Stummen Infarkt nicht verpassen).

Verwirrt nach Sturz > Schädel-/Hirn-/Wirbelsäulenverletzung möglich

Entscheiden Mit Notruf 144 Rücksprache nehmen/Rettungswagen anfordern
 Vorgehen nach Schema Herzinfarkt
 Vorgehen nach Schema Wirbelsäulenverletzung

Organisieren Einweisung Rettungswagen organisieren

5 Medizinische Massnahmen

Herzkreislaufstillstand > Wiederbelebung mit Thoraxkompressionen/AED
Herzinfarkt, Schlaganfall > Patient nicht bewegen > beruhigen > REA-Bereitschaft erstellen
Wirbelsäulenverletzung > Halsschienengriff > Patient auffordern, sich nicht zu bewegen
Atemwegsverlegung durch Fremdkörper > Heimlich-Manöver > 144 alarmieren
Verwirrt > Untierzuckerung möglich? > Zucker verabreichen
Bewusstlosigkeit > Kein Trauma > Atmung vorhanden > Bewusstloslagerung
Krampfanzfall > Kopf des Patienten stützen (Schutz vor Aufprall)/Schutz der Wirbelsäule
Blutung > Stillen **Verletzte Extremität** > Schonen und Schienen
Verbrennung > Mit körperwarmem Wasser kühlen

Weitere Massnahmen _____

Patient überwacht Liegend Sitzend Dauer _____

Patientenangaben

Name _____

Vorname _____

Geburtsdatum _____

Adresse _____

Telefon _____

Weitere Angaben

Beschwerden Besser Un_____

Entlassen nach Arbeitsplatz Hau_____

Spital Mit Rettungs_____

Sanitäter

Name _____



Medizinische Hilfeleistungen sind immer zu dokumentieren. So kann im Nachhinein nachvollzogen werden, was wann weshalb geschehen ist.

JDMT stellt einen Einsatzrapport zur Verfügung, der auch als Checkliste dient.

So wird nicht nur die Hilfeleistung mit wenig Aufwand dokumentiert, sondern gleichzeitig auch erzielt, dass Prioritäten richtig gesetzt werden und nichts Relevantes vergessen geht.

Ausgefüllte Einsatzrapporte sind durch eine medizinische Fachperson auszuwerten. Feedbacks an die Sanitäter helfen, die Qualität im Einsatz zu optimieren.

Über Einsatzdetails ist Stillschweigen zu bewahren, insbesondere was persönliche Details der betroffenen Person anbelangt. Ausgefüllte Einsatzdokumente sind mit entsprechender Sorgfalt zu behandeln und wegzuschliessen.

Einsatzrapporte können bestellt werden via office@jdm.ch.

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Ausbildung

Beschrieb:

Dauer:

Datum: Unterschrift:

Erste Hilfe ist dann erfolgreich, wenn sie als System betrieben wird. JDMT ist der schweizweit einzige Systemanbieter für Erste Hilfe. Fünf Komponenten bewirken, dass Erste Hilfe als System anhaltend schnell, wirksam und sicher gewährleistet ist:

- > Der konzeptionelle Rahmen
- > Die Effektoren (Hilfeleistenden)
- > Tools
- > Fachsupport
- > Qualitätsmanagement

Im konzeptionellen Rahmen ist festzulegen, welche Leistungsziele die Erste-Hilfe-Organisation zu erreichen hat (Fähigkeiten, Eingreifzeiten) und wie die organisatorischen Aufgaben verteilt werden. Unter Effektoren versteht man die Hilfeleistenden und ihre Ausbildung. JDMT kennt vier Kategorien: Laien, qualifizierte Ersthelfer, Professionals (z. B. Ärzte und Rettungssanitäter) sowie Experts (z. B. Notarzt).

Tools sind Algorithmen, App/Manual, Dokumentationen, Schutzartikel (Handschuhe), AED und Material zur Wundversorgung.

Wesentlich ist, dass jeder Effektor immer fachlichen Support in Anspruch nehmen kann. JDMT empfiehlt, im Zweifel immer mit dem Notruf 144 Rücksprache zu nehmen. Weiter bietet JDMT einen eigenen telefonischen Fachsupport 7/24. So lässt sich das Risiko reduzieren, etwas Relevantes zu verpassen. Und die Hilfeleistenden fühlen sich sicherer, weil sie Rücksprache haben nehmen können.

Jeder Patientenkontakt wird nachbereitet durch einen der JDMT-Ärzte. Diese geben direktes Feedback an die Hilfeleistenden. Gegenüber dem Auftraggeber wird das Erreichen der Leistungsziele gemäss konzeptionellem Rahmen (u. a. mittels Notfallübungen) überprüft.

10 Erfolgsrezepte für eine wirksame und sichere Erste Hilfe:

1. Systematisch vorgehen in allen medizinischen Notfällen.
2. Gefahren für sich, den Betroffenen und Dritte erkennen und meiden.
3. Frühzeitig Support anfordern (Helfer, AED, Notruf 144).
4. «Misstrauisch» sein und primär von etwas Schwerwiegendem ausgehen.
5. Rasch Chaosphase durchbrechen und Situation beherrschen.
6. Den Patienten so positionieren, wie es ihm wohl ist (Ausnahme bei Verdacht auf Verletzung der Wirbelsäule).
7. Das Gespräch mit dem Patienten durch eine einzige Person führen lassen.
8. Bei Notfällen mit Kindern beschleunigt Fachsupport einholen.
9. Für Führung im Einsatz sorgen: Einer muss immer die Leitung innehaben.
10. Patiententransporte nur mit Rettungswagen oder Taxi.



JDMT Medical Services AG
Speerstrasse 15
CH-8330 Pfäffikon

Fon +41 (0)44 404 51 00

Fax +41 (0)44 404 51 37

office@jdm.ch

www.helptown.ch