Bayerisches Rotes Kreuz

Jugendrotkreuz

Juniorhelfer

www.jrk-bayern.de

Mein Juniorhelfer plus

Arbeitsmappe von

_____

Autoren:

Baumann, Anna	AG JH	Weißenburg	Lehrerin, Rettungssanitäterin, EH-Ausbilderin, JRK, Seminar Bayern VSE
Beck, Anne	AG JH	Teublitz	Lehrerin, Seminar Bayern VSE
Bender, Christina	AG SSD	Rimpar	Sozialpädagogin, EH-Ausbilderin, Gruppenleiterin WW
Brandl, Philipp	AG SSD	Nittendorf	Notfallsanitäter, JRK Gruppenleiter
Grimm, Gerhard	AG JH	Weißenburg	Studienrat (GS), Rettungsassistent, EH-Ausbilder, JRK-Gruppenleiter, Seminar Bayern VSE
Kohlert, Corinna	AG JH	Weißenburg	Seminarrektorin Lehramt an Grundschulen, Multiplikatorin LehrplanPlus, Schulentwicklungsmoderatorin
Koroll, Matthias	AG SSD	Nürnberg	Rechtsanwaltsfachangestellter, EH-Ausbilder, Gruppenleiter JRK
Koschmieder, Margot	AG JH	Neuburg/Donau	Kinderkrankenschwester, Rettungsassistentin, Ausbilderin EH und EH-Kind, Kriseninterventionshelferin
Peschel, Ulrike	AG SSD	Kulmbach	Förderlehrerin, EH-Ausbilderin, Gruppenleiterin WW
Rößle, Florian	LGSt	München	Diplom-Pädagoge, Bildungsreferent Schularbeit Landesgeschäftsstelle, Rettungssanitäter

Bedeutung der eingesetzten Icons

- Denke nach!

- Unfallverhütung
- Dieser Unfall hätte sich vermeiden lassen

- Erzähle!
- Erkläre!
- Besprich mit deinem Partner!

- Wichtig!
- Achtung!
- Hinweis

- Schreibe auf!
- Fülle den Lückentext!

- Übe!
- Übe mit deinem Partner!

Herausgeber/Impressum

Arbeitshilfe: Juniorhelfer plus

Herausgeber: Bayerisches Jugendrotkreuz
Garmischer Straße 19 - 21
81373 München

Tel.: 089/9241-1342
Fax: 089/9241-1210
E-Mail: info@jrk-bayern.de
Internet: www.jrk-bayern.de

Auflage: 1. Auflage Februar 2020
mit Aktualisierungen (siehe „Stand vom ...“ in den Fußzeilen)
Überarbeitung Layout: Gerhard Grimm

Gedruckt mit den Bayerischen Schuldruckschriften von www.schulschriften.de

Neues erwartet uns

Falls du die Geschichten zum Juniorhelfer noch nicht kennst oder das Material aus der Grundschule verlegt hast, so kannst du das alles im Internet-Angebot des Bayerisches Jugendrotkreuzes wiederfinden.
Alle Materialien stehen dort kostenlos zum Download zur Verfügung.

Scanne den QR-Code

oder benutze den Link

https://jrk-bayern.de/erste-hilfe

Auf der Internetseite findest du Links zu Erste-Hilfe-Angeboten für viele Altersstufen:

- Mini-Trau-Dich (ab *3* Jahren)
- Trau-Dich (ab *4* Jahren)
- Juniorhelfer (ab *6* Jahren)
- Juniorhelfer plus (ab *10* Jahren)
- Schulsanitätsdienst (ab ca. *14* Jahren)
- Wiederbelebungsunterricht an Bayerns Schulen (Informationen zur Umsetzung der KMBek EH an Schulen *2019*)

Vielleicht hast du ja kleine Geschwister, denen du selbst etwas über das richtige Helfen beibringen möchtest. Dann bist du bei den Angeboten zum Trau-Dich richtig.

Oder du möchtest nachschauen, was es zum Juniorhelfer noch so alles gegeben hätte, was du noch nicht kennengelernt hast.
Spielst du ein Instrument? Dann findest du die Noten zum Juniorhelfer-Song.
Du bist nicht so musikalisch? Zum mp3-File kannst du ihn trotzdem mitsingen.

Auch zum Juniorhelfer plus gibt es noch vielfältiges weiteres Material.

Falls dir Helfen Freude macht, könntest du beim Schulsanitätsdienst mitmachen. Informiere dich doch einmal!

Ab der 7. Klasse ist in allen Schularten ein regelmäßiges Wiederbelebungstraining vorgeschrieben. Informationen dazu findest du unter dem entsprechenden Link.

Eselsbrücken helfen beim Merken

Notfall!!!
Zahlreiche Helfer werden durch ihre „Piepser" alarmiert. Sie besetzen ihre Fahrzeuge und eilen zur Einsatzstelle. Was erwartet sie wohl?

Betroffene laufen den Helfern entgegen. Berichten aufgeregt. Stöhnende Verletzte mit blutenden Wunden liegen neben reglosen Bewusstlosen - **Chaos pur!**
Ein Überblick muss her ...

Was ist passiert?
Drohen noch Gefahren?
Wie viele Betroffene gibt es hier?
Wer muss zuerst versorgt werden?
Wohin mit den Verletzten?
Steht der Rettungswagen im Weg?
Wo ist der Rettungsrucksack?
Hat jemand Rettungsdecken?
Reichen die Helfer? ...
Zahllose Fragen schwirren durch die Köpfe der Helfer ...

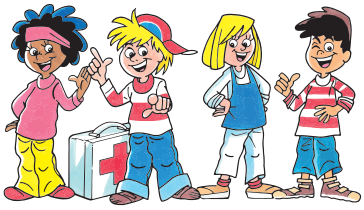
Die Helfer dürfen nichts übersehen und müssen einen kühlen Kopf bewahren. **Wie machen sie das?**

Die kennen da so einige Tipps und Tricks, damit sie geordnet vorgehen und nichts vergessen.

Wir haben das genau beobachtet ...

Eselsbrücken helfen beim Merken

Während Eva und Jonas Von der Rettungsübung erzählen, möchte Leo wissen, warum alle Einsatzkräfte farbige Aufkleber auf ihren Klemmbrettern haben.



Abu erklärt, dass darauf Merkhilfen dargestellt werden, die den Einsatzkräften helfen in der Aufregung nichts zu vergessen.

Lena weiß, dass beim Eintreffen am Notfallort gleich das 4S-Schema nötig ist.

SSSS-Schema	Indem die Einsatzkräfte in Gedanken die vier „S“ durchdenken, können sie die weiteren Erfordernisse vorbereiten.
Scene	Wie gestaltet sich die Einsatzstelle? Wie viele Betroffene gibt es?
Safety	Bestehen Gefahren für Helfer und Betroffene?
Situation	Was ist geschehen? Welche Verletzungen sind erkennbar?
Support	Ist weitere Unterstützung, zum Beispiel durch die Feuerwehr, oder eine größere Anzahl Helfer nötig?

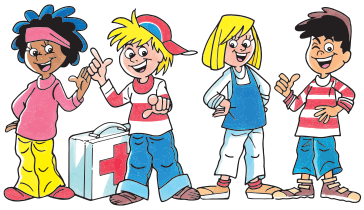
Eselsbrücken helfen beim Merken

Nachdem so die ersten Erkenntnisse gewonnen wurden und die Sicherheit feststeht, wenden sich die Helfer den Betroffenen zu.

Feststellungen zum Patienten-Status	Abu erläutert das „ABCDE-Schema“ und den Satz „Behandle zuerst das, was zuerst tötet!“:
A Airway	A - Sind die Atemwege frei? Bekommt der Betroffene Luft? Wie können die Atemwege freigemacht werden?
B Breathing	B - Belüftet die eingeatmete Luft die Lungen ausreichend und wird sie im Körper verteilt? Ist ausreichend Luft zum Atmen da? Hat der Betroffene eine normale Hautfarbe? Muss er beatmet werden?
C Circulation	C - Funktioniert der Kreislauf? Ist der Betroffene blass? Blutet er stark? Muss eine Herzdruckmassage durchgeführt werden?
D Disability	D - Bestehen geistige Defizite? Wirkt der Betroffene verwirrt? Besteht eine Erinnerungslücke? Reagiert er auf Ansprache und Anfassen?
E Exposure Environment	E - Welche Einwirkungen auf den Körper hat es gegeben? War der Betroffene Kälte oder Wärme, starker Sonneneinstrahlung oder Schadstoffen ausgesetzt?

Eselsbrücken helfen beim Merken

Schnell besteht in der Klasse Einigkeit, dass diese Schemata auch den Juniorhelfern dienlich sein könnten. Sie wollen sie bei allen Hilfeleistungen anwenden.



Besprecht in der Kleingruppe die notwendigen Kontrollen zu jedem der 5 Merkbuchstaben und die sich daraus ergebenden Hilfsmaßnahmen! Stellt euere Erkenntnisse der Klasse vor!

Eigenschutz und Beurteilung der Einsatzstelle: Schutzausrüstung anlegen, Notfallstelle sichern, ggf. technische Hilfe anfordern.			
A Airway	Ansprechen, Atemwege überprüfen. Bedrohliche Blutungen?	→	Atemwege freimachen und freihalten, bedrohliche Blutungen stoppen, HWS-Immobilisation
B Breathing	Atmung beurteilen (sehen, hören fühlen!), O2-Versorgung beurteilen	→	atemerleichternde Sitzhaltung, Unterstützung bei der Medikamenteneinnahme, ggf. Beatmung
C Circulation	Kreislauffunktion beurteilen (Puls, Blutdruck, Rekapillarisierungszeit). Hinweis auf „versteckte“ Blutungen?	→	Blutstillung, Lagerung
D Disability	Neurologisches Defizit? Pupillenreaktion, Orientierung beurteilen ggf. Blutzucker messen!	→	geeignete Lagerung auswählen
E Exposure	Suche nach Begleitverletzungen („body-check“)	→	Erhalt der Körperwärme, Schutz vor Umwelteinflüssen, Schmerzbekämpfung

Eselsbrücken helfen beim Merken

Damit die Sichtung der Betroffenen und die Dokumentation der Ergebnisse rasch vor sich gehen kann, verwenden die Helfer ebenfalls ein Schema.

Verletzungsart					Sichtung
V H	SHT		Fraktur		1. Zeit:
	Thorax		Polytrauma		I II III IV
	Bauchtrauma		Verbrennung		2. Zeit:
	intubiert		Rauchgasintoxikation		I II III IV
	beatmet		vom NA untersucht		3. Zeit:
sonstiges:					I II III IV

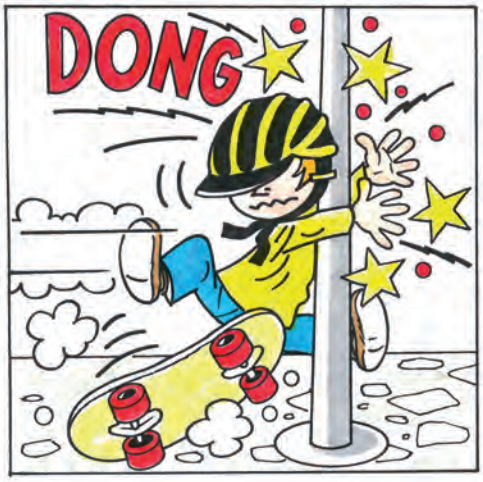
Durch einfaches Ankreuzen können die verletzte Körperregion und die Art der Verletzung festgehalten werden.
Auch an eine mehrfache Nachkontrolle wird erinnert.

Selbstverständlich enthält das vollständige Formular auch Felder zu den Personendaten, zu Zeit, Ort und Art des Notfallgeschehens, sowie zum transportierenden Rettungsmittel und zur vorgesehenen Zielklinik.
Bei Nachfragen ist so jederzeit die richtige Auskunft möglich.

Entwirf mit deinem Partner selbst so ein Formular zur Dokumentation von Notfällen in deinem schulischen Umfeld!
Welche Daten sind wirklich unbedingt nötig?

SSSS-Schema	• Gehe bei der Versorgung der Patienten systematisch vor!	Feststellungen zum Patienten-Status
Scene		A Airway
Safety	• Achte auf die Sicherheit von Helfern und Betroffenen!	B Breathing
Situation		C Circulation
Support	• Ziehe die Schemata zu Rate!	D Disability
		E Exposure Environment

Platz da!



Was hat Basti falsch gemacht?

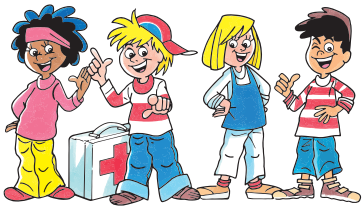
Hast Du eine Idee was Abu jetzt machen muss?

Wie nimmt man einen Fahrradhelm richtig ab?

Darf Basti mit seinem Skateboard auf dem Bürgersteig fahren?

Platz da!

Basti knallt gegen einen Pfosten, stürzt und bleibt regungslos liegen.
Abu weiß, was er tun muss:



Abu schaut sich um und geht in Gedanken die vier „S“ durch:

- Scene — *1* Betroffener
- Safety — 👍 im Moment keine Gefahr
- Situation — Gewalteinwirkung auf den Kopf
- Support — Helfer reichen derzeit aus

Abu spricht Basti an und berührt ihn leicht an der Schulter. Basti reagiert nicht.

Er tröstet Basti und erklärt ihm genau, was er jetzt machen wird. Schließlich ist er sich nicht sicher, ob Basti nicht doch etwas von seiner Umgebung mitbekommt.

Abu betrachtet Basti gemäß dem ABCDE-Schema:

- Airway — 👍 Atemwege frei
- Breathing — 👍 bekommt ausreichend Luft
- Circulation — 👍 Kreislauf in Ordnung
- Disability — 👎 reagiert nicht auf Ansprache, bewusstlos
- Exposure — 👎 Gewalt auf den Kopf

Basti braucht weitere Hilfe.

Abu achtet darauf, dass er sich nicht selbst an der Straße in Gefahr begibt und dass auch für Basti keine weiteren Gefahren bestehen. Wenn möglich, zieht Abu Einmalhandschuhe an.

Eva kümmert sich derweil um den Notruf und meldet eine „bewusstlose Person“.

Sie spricht auch Erwachsene an, damit sie die Unfallstelle absichern können.

Abu nimmt Basti vorsichtig den Helm ab. Eva hilft ihm dabei.

Zunächst kontrolliert Abu Bastis Atmung und legt ihn dann in die Seitenlage. Eva hält Bastis Kopf fest.

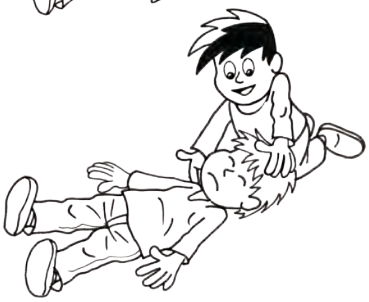
Mit einer Rettungsdecke deckt Abu Basti zu und kontrolliert bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes immer wieder die Vitalfunktionen.

Wenn Abu allein ist, nimmt er den Helm so ab:

Abu kniet sich hinter Bastis Kopf und fixiert mit einer Hand den Helm.

Nun öffnet Abu vorsichtig den Verschluss des Helms.

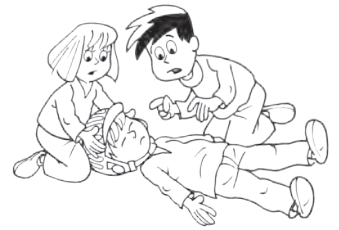
Mit einer Hand greift Abu jetzt unter Bastis Nacken und stabilisiert so den Kopf. Mit der anderen Hand zieht er vorsichtig den Helm nach hinten weg.



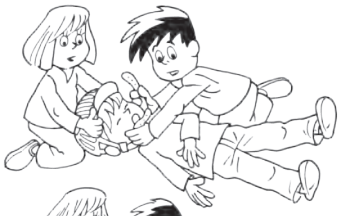
Zum Schluss muss Abu den Kopf von Basti vorsichtig ablegen.

Anschließend stellt er vorsichtig die stabile Seitenlage her.

Besser ist es natürlich, wenn Eva Abu hilft und sie den Helm zusammen abnehmen können.



Eva kniet sich hinter Bastis Kopf und fixiert den Kopf mit dem Helm mit ihren beiden Händen.



Nun öffnet Abu vorsichtig den Verschluss des Helms.

Mit beiden Händen greift Abu jetzt unter Bastis Nacken, sodass die Daumen an den Wangen liegen und die restlichen Finger den Nacken halten, und stabilisiert so den Kopf.

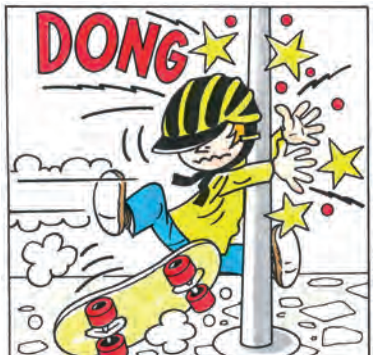
Eva zieht mit beiden Händen vorsichtig den Helm nach hinten weg.

Eva übernimmt nun mit beiden Händen den Kopf von Basti und hält ihn fest.
Abu kontrolliert die Atmung: Basti atmet normal.

Abu bringt Basti nun in die stabile Seitenlage. Eva hält dabei den Kopf von Basti weiterhin fest.
Wenn Abu Basti auf die Seite dreht, dreht Eva seinen Kopf vorsichtig achsengerecht mit.

Erst wenn Basti auf der Seite liegt, beugt Eva seinen Kopf wieder leicht nackenwärts und legt ihn dann ab, sodass der Mundwinkel der tiefste Punkt ist.
Abu legt Bastis Fingerspitzen unter das Kinn, damit der Kopf nicht verrutschen kann.

Platz da!

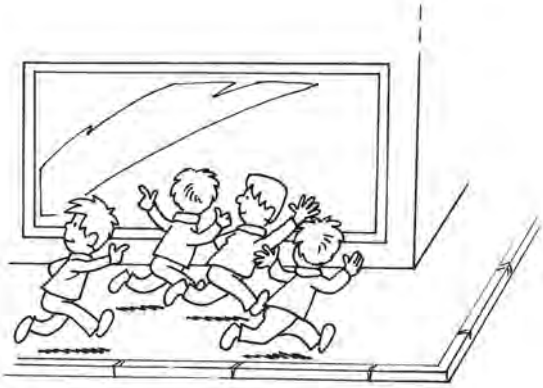


Basti achtet nicht auf die Strecke, auf der er unterwegs ist. Er knallt gegen einen Pfosten.

Dieser Unfall hätte sich vermeiden lassen:

- Schau' immer, wohin du gehst oder fährst!
- Nutze Smartphone, Kopfhörer oder Tablet nicht im Straßenverkehr, auch nicht als Fußgänger!

Hier siehst du noch weitere gefährliche Ablenkungen. Besprich die Gefahren mit dem Partner! Vielleicht findet ihr noch mehr und malt sie dazu.



Der Kuchenverkauf

Warum lässt Jonas Markus den Kuchen nicht verteilen?

Darf überhaupt jeder einfach Essen verteilen?

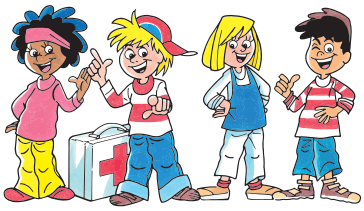
Wie stecken sich eigentlich andere Leute bei dir an, wenn du krank bist?

Was kann man dagegen tun?

Der Kuchenverkauf

Markus will trotz einer starken Erkältung Kuchen an seine Freunde verteilen.

Jonas kann gerade noch rechtzeitig eingreifen:



Jonas überblickt die Situation und geht nach der 4S-Regel vor:

- Scene — Markus will trotz Erkältung Kuchen verteilen
- Safety — Infektionsgefahr
- Situation — ansteckende Erkrankung, Infektionsgefahr
- Support — im Moment kommt Jonas alleine klar

Jonas spricht Markus aus einigem Abstand an und verhindert somit, dass er den Kuchen verteilen kann.

Jonas achtet darauf, dass Markus möglichst nicht noch mehr Menschen in seinem Umfeld anstecken kann. Er bringt ihn in ein leeres Klassenzimmer.

Die verschmutzten Kuchenplatten, Tortenheber und die Tischfläche, auf der die Kuchen standen, wischen die anderen Helfer mit einem Desinfektionsmittel ab, damit sich niemand daran anstecken kann.

Jonas informiert die Lehrkraft. Diese ruft bei Markus‘ Eltern an und bittet sie, ihren Sohn abzuholen.

Wenn du zum Schutz vor Infektionen Handschuhe getragen hast, ist es wichtig, dass du diese ausziehst, ohne mit eventuell ansteckenden Anhaftungen in Berührung zu kommen.

Greife mit einer Hand an die Handfläche des anderen Handschuhs und ziehe sie über die Finger nach oben.

Halte den nun ausgezogenen Handschuh fest in der Hand.

Greife mit dem Daumen der handschuhlosen Hand unter den Bund des anderen Handschuhs.

Ziehe ihn nach oben über die Finger und den eingeschlossenen ersten Handschuh weg.

Entsorge die Handschuhe danach im Mülleimer.

Auch wenn du Handschuhe getragen hast, ist es sinnvoll, dass du dir die Hände desinfizierst.

Die Hände müssen vollkommen trocken sein. Aus einem berührungsfreiem Spender werden ca. 3-5 ml eines alkoholischen Händedesinfektionsmittels entnommen.

Mittel in den Handinnenflächen verteilen.

Von den Handinnenflächen bei gespreizten Fingern jeweils auf Handrücken und Fingerzwischenräume verreiben.

Mittel in Handinnenflächen und Fingerzwischenräume einmassieren.

Finger ineinander verschränken und vollflächig massieren.

Daumen einzeln umgreifen und desinfizieren.

Abschließend Fingerkuppen in die Handinnenflächen drücken und kreisend desinfizieren.

Das Desinfizieren sollte etwa 30 Sekunden dauern.

Der Kuchenverkauf

Obwohl Markus krank ist, will er bei der Ausgabe der Kuchen helfen.

Er könnte weitere Personen mit seiner Krankheit infizieren.

Ankreuz-Aufgabe: Wann solltest du dir die Hände waschen?

- ❑ vor dem Essen
- ❑ vor dem Erledigen der Hausaufgaben
- ❑ nach dem Gang zur Toilette
- ❑ nach dem Streicheln oder Spielen mit den Haustieren
- ❑ wenn du aus der Dusche kommst
- ❑ vor und während der Zubereitung von Speisen
- ❑ wenn du nach Hause kommst

Welcher Grundsatz gilt beim Umgang mit Lebensmitteln und Speisen?

_____

_____

Benütze ein Taschentuch, wenn du husten oder niesen musst, oder huste bzw. niese in die Armbeuge. Wende dich dabei stets von anderen ab, um sie nicht anzustecken.

Papiertaschentücher gehören danach in den Abfall. Wasche dir nach dem Schneuzen die Hände!

Hier stimmt etwas nicht!

Hast Du eine Idee was dem Mann fehlt?

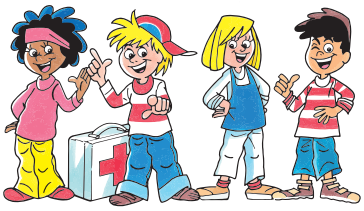
Wo könnte Eva schnell Hilfe holen?

War es richtig von Eva einfach auf den Mann zuzugehen?

Was sollten Jonas und Eva tun, bis weitere Hilfe eintrifft?

Hier stimmt etwas nicht!

Herr Huber sitzt auf der Bank und ist in sich zusammengesunken. Jonas und Eva wissen, was sie tun müssen:



Eva schaut sich um und geht in Gedanken die vier „S“ durch:

- Scene — *1* Betroffener
- Safety — 👍 im Moment keine Gefahr
- Situation — plötzliche Erkrankung
- Support — Helfer reichen derzeit aus

Eva spricht Herrn Huber an und fragt ihn, ob alles in Ordnung ist.
Herr Huber antwortet, dass es ihm nicht gut geht und er starke Schmerzen im Brustbereich hat.

Sie spricht Herrn Huber Mut zu und erklärt ihm, dass sie weitere Hilfe holen wird.

Eva betrachtet und fragt Herrn Huber gemäß dem ABCDE-Schema:

- Airway — 👍 Atemwege frei
- Breathing — 👎 die Atemluft kommt anscheinend nicht an
- Circulation — 👎 Kreislauf nicht in Ordnung
- Disability — 👍 keine Ausfälle
- Exposure — 👍 keine äußeren Einwirkungen, vielleicht kühl nach langem Sitzen

Herr Huber braucht weitere Hilfe.

Eva achtet darauf, dass sie sich nicht in Gefahr begibt und auch Herrn Huber keine Gefahr droht. Falls möglich, zieht sie sich Handschuhe an.

Eva ruft Jonas zu Hilfe. Gemeinsam sprechen sie auch Erwachsene an, um sich weitere Hilfe zu sichern.

Jonas kümmert sich derweil um den Notruf.

Jonas und Eva sorgen dafür, dass Herr Huber gut auf der Bank sitzt und sich anlehnen kann. Falls nötig, helfen sie ihm dabei, dass er sich auf den Boden setzen kann und stützen ihn von hinten. Sie helfen ihm dabei den obersten Knopf seines Hemds zu öffnen.

Mit einer Rettungsdecke deckt Jonas Herrn Huber zu und spricht ihm bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes weiterhin Mut zu.

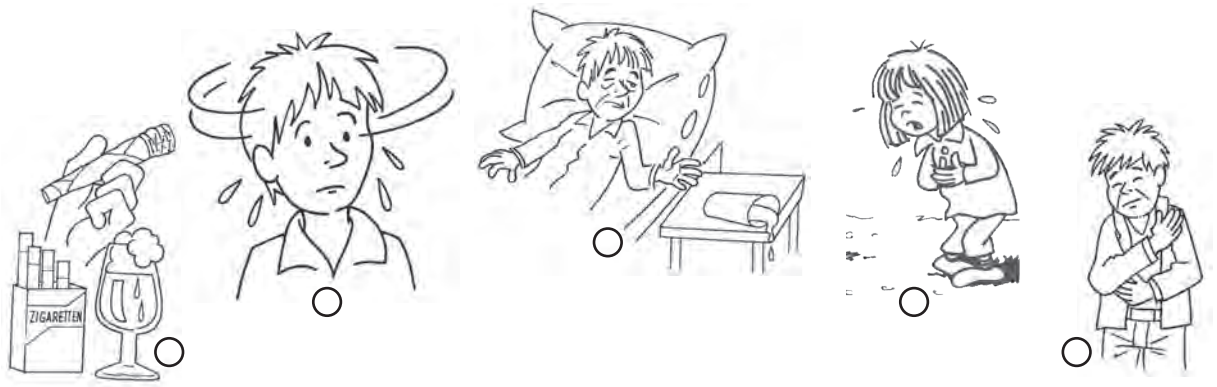
Hier stimmt etwas nicht!

Eva und Jonas werden auf Herrn Huber aufmerksam, der offensichtlich Hilfe braucht.

Überlege, wie du erkennen kannst, dass jemand Hilfe braucht?

- Die Person ruft/bittet um Hilfe oder macht auf sich aufmerksam.
- Die Person befindet sich augenscheinlich in einer Notlage.
- Die Person ist auffällig still und teilnahmslos oder offensichtlich orientierungslos.

Hier siehst du verschiedene Möglichkeiten, warum es jemandem nicht gut geht. Ordne Bild und Text zu!
Überlege mit dem Partner entsprechende Lagerungsarten!
Stellt euere Überlegungen im Plenum vor!



Bauchschmerzen

Unterzucker

Schlaganfall

Drogen-/ Alkoholkonsum

Herzinfarkt

Baderegeln

Sicherer Aufenthalt am und im Wasser

Wasserwacht
Mit Sicherheit am Wasser.

1

Ich gehe nur baden, wenn ich gesund bin!

2

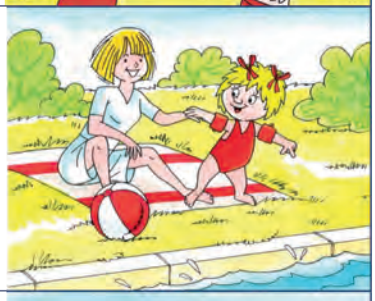
Ich gehe nur unter Aufsicht ins Wasser!

3

Ich rufe im Notfall laut um Hilfe und reiche einem Ertrinkenden einen Gegenstand!

4

Ich sage Bescheid, wenn ich ins Wasser gehe.



5

Ich gehe weder hungrig noch direkt nach dem Essen ins Wasser.

6

Ich kühle mich ab, bevor ich ins Wasser gehe und verlasse es, wenn ich friere!

7

Ich gehe oder springe nur da ins Wasser, wo es erlaubt und ungefährlich ist.

8

Ich nehme Rücksicht!
Ich renne nicht, schubse nicht und drücke niemanden unter Wasser.

9

Schwimmhilfe, Schwimmtier und Luftmatratze schützen mich nicht vor Ertrinken!

10

Ich verlasse bei Gewitter und starkem Regen sofort das Wasser!

© Wasserwacht Bayern www.wasserwacht.bayern Bilder: Kurt Italiaander

Am Badesee

Was denkst Du, fehlt Amina?

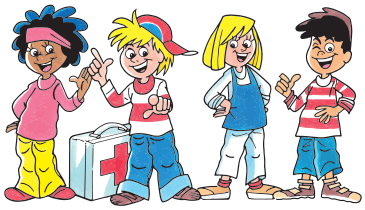
Wie würdest Du Amina helfen?

Hat Amina etwas falsch gemacht?

Was musst Du beim Baden an einem See besonders beachten?

Am Badesee

Amina schläft auf ihrer Decke im Schatten ein. Der Schatten wandert mit dem Sonnenlauf weiter. Daher hat Amina nun einen hochroten Kopf und gerötete Haut.



Lena und ihre Freunde wissen, was sie tun müssen:

Lena schaut sich um und geht in Gedanken die vier „S“ durch:

- Scene — 1 Betroffener
- Safety — ☝ im Moment keine Gefahr
- Situation — intensive Sonneneinwirkung
- Support — Helfer reichen derzeit aus

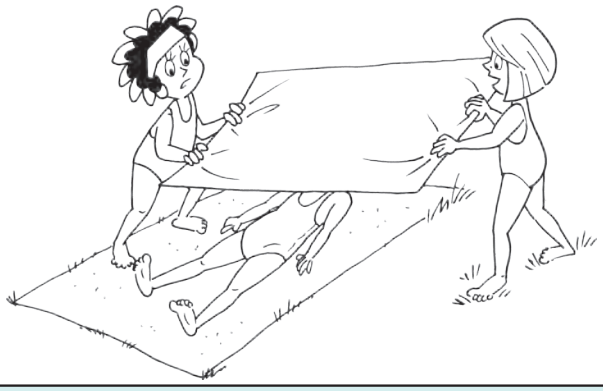
Amina liegt auf ihrer Decke und hat einen roten Kopf und gerötete Haut. Auf Ansprache klagt Amina über Kopfschmerzen, Übelkeit und Unwohlsein.

Lena betrachtet und befragt Amina gemäß dem ABCDE-Schema:

- Airway — ☝ Atemwege frei
- Breathing — ☝ bekommt ausreichend Luft
- Circulation — ☝ Kreislauf in Ordnung
- Disability — 👎 ist benommen, hat Kopfschmerzen
- Exposure — 👎 Sonnenhitze auf den Kopf

Amina braucht weitere Hilfe.

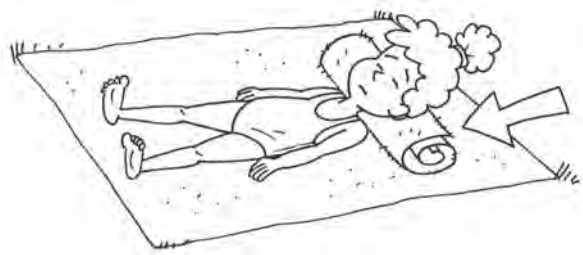
Lena geht mit Amina in den Schatten oder stellt mit Helfern einen Schatten her.



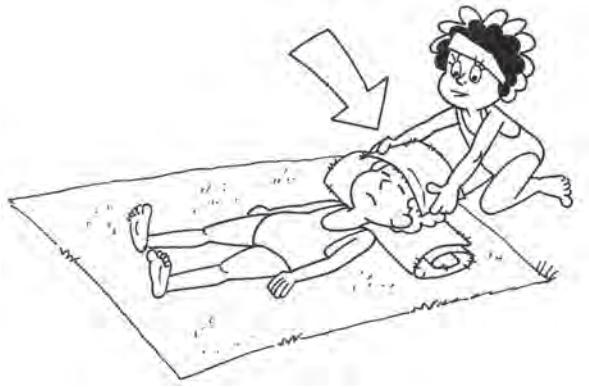
Sie spricht mit ihr und tröstet sie.

Abu läuft zur Wachstation der Wasserwacht um Hilfe zu holen. Die Retter müssen jedoch zuerst noch eine weitere Person fertig versorgen.

Bis die Wasserretter Zeit für Amina haben, legt Lena sie mit erhöhtem Oberkörper hin.



Eva und Jonas kümmern sich um nasse Tücher und etwas zu trinken. Sie legen Amina die kalten Tücher auf den Kopf und in den Nacken.



Salben oder Hausmittel werden keinesfalls angewandt.

Falls die Wasserrettungsstation nicht besetzt gewesen wäre, da die ehrenamtlichen Helfer nur zu bestimmten Zeiten anwesend sind, hätte Abu selbstständig einen Notruf abgesetzt.

Am Badesee

Amina schläft auf ihrer Decke im Schatten ein. Der Schatten wandert mit dem Sonnenlauf weiter.

Die Zeit verstreicht wie im Flug.

Als die Juniorhelferbande ihre Decken neben Amina aufschlagen bemerken sie ihren hochroten Kopf.

- Suche dir einen Platz im Schatten!
- Meide die Mittagssonne!
- Denke gerade an heißen Tagen daran, genug zu trinken!

Überlege mit dem Partner, welche der folgenden Aussagen richtig und welche falsch sind.
Stellt euere Erkenntnisse den anderen Gruppen vor!

- ☐ Ein Hitzschlag entsteht durch zu lange und starke Sonneneinstrahlung auf den unbedeckten Kopf.
- ☐ Ein Sonnenbrand ist ein Verbrennung, meist 1ten Grades.
- ☐ Hohe Temperaturen verursachen sehr starkes Schwitzen, dadurch verliert der Körper viel Wasser. Es kann zu einer Hitzeerschöpfung kommen.
- ☐ Ein Sonnenstich entsteht durch körperliche Anstrengung bei hoher Luftfeuchtigkeit.
- ☐ Verbrennungen werden gekühlt, sofern sie nicht größer sind als die Handinnenfläche des Betroffenen.
- ☐ Brandblasen kann man bedenkenlos aufstechen/öffnen.

Ein Sonnenbrand ist eine Verbrennung. Recherchiere zusammen mit dem Partner/in der Kleingruppe zum Thema und stellt Eure Ergebnisse den andern vor (z. B. Verbrennungsgrade, Fläche...)!

Die Juniorhelfer gehen baden

Welche Regeln solltest Du im Schwimmbad beachten?

Wo findest Du dort am schnellsten Hilfe?

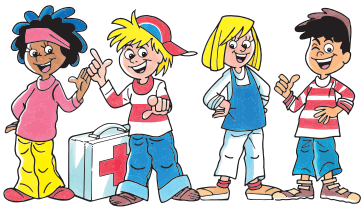
Woran hat Abu bemerkt, dass der Junge nicht mehr atmet?

Was müssen Jonas und Abu tun um dem Jungen zu helfen?

Die Juniorhelfer gehen baden

Der aufmerksame Schwimmer Furkan hat den kleinen Robin aus dem Wasser gezogen.

Abu weiß, was zu tun ist:



Abu schaut sich um und geht in Gedanken die vier „S“ durch:

- Scene — *1* Betroffener
- Safety — ☝ im Moment keine weitere Gefahr
- Situation — Ertrinkungsunfall
- Support — Helfer reichen derzeit aus

Robin ist unter Wasser geraten und nahezu ertrunken.
Nun liegt er reglos auf der Wiese abseits vom Schwimmbecken.
Weitere Helfer stehen zur Verfügung.

Abu spricht Robin an und berührt ihn an der Schulter. Da keine Reaktion erfolgt, beugt er den Kopf nackenwärts damit die Atemwege frei sind. Durch Schauen, Hören und Fühlen stellt er fest, dass Robin nicht atmet.

Gemäß dem ABCDE-Schema gilt:

- Airway — ☝ Atemwege frei
- Breathing — 👎 atmet nicht
- Circulation — ? im Moment fraglich
- Disability — 👎 reagiert nicht auf Ansprache, bewusstlos
- Exposure — ☝ derzeit keine, längerfristig Kälteeinwirkung

Robin braucht weitere Hilfe.

Abu lässt durch Helfer den Rettungsdienst und den Bademeister verständigen!

Zum Eigenschutz, zieht er das Täschchen mit dem Beatmungstuch, das er immer mit sich trägt, aus der Hosentasche, was ohne Zeitverlust möglich ist. Er legt das Tuch über Robins Gesicht und schützt sich so vor direktem Kontakt.

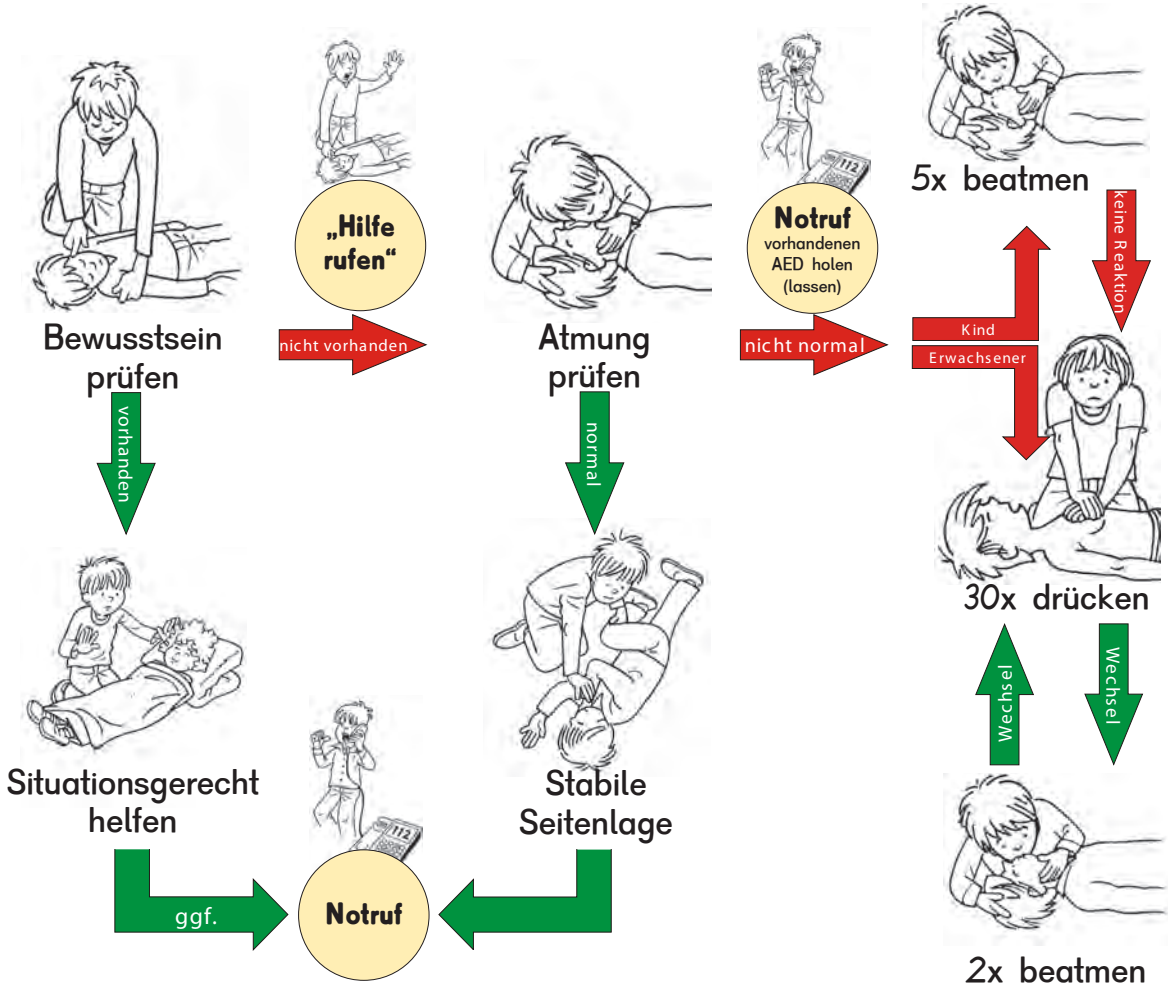
Er beginnt mit fünf Initialbeatmungen, da es sich um ein Kind handelt!

Da Robin nach den fünf Beatmungen hustet, Luft holt und wieder zu atmen beginnt, aber nicht ansprechbar ist bringt Abu ihn in die stabile Seitenlage.

Er achtet auf den Wärmerhalt, kontrolliert regelmäßig die Atmung uns betreut Robin bis der RD eintrifft.

Besprich mit deinem Partner das untenstehende Schema zum Auffinden einer Person!
Welche Handlungsschritte könnt ihr, welche noch nicht?

Übe nun alle bekannten Schritte und die Beatmung an einer Beatmungspuppe!
Verwende ein hygienisch einwandfreies Gesichtsteil!



Die Juniorhelfer gehen baden

Robin rutscht für sein Leben gern auf der Wasserrutsche. Er kann zwar noch nicht schwimmen, ist aber grenzenlos neugierig.

In einem unbeobachteten Moment rutscht er allein ins Nichtschwimmer-Becken.

Vorsicht, wenn du mit kleinen Geschwistern beim Baden bist.

- Kleine Kinder können Gefahren noch nicht einschätzen. Lass‘ sie nicht aus den Augen!
- Nichtschwimmer dürfen auch mit Schwimmhilfen nicht unbeaufsichtigt ins Wasser.

Warum musst du bei einem solchen Ertrinkungsunfall schnellstmöglich einen Notruf absetzen?

_____

Ein Rettungsweg ist der Zugang für die Einsatzkräfte.

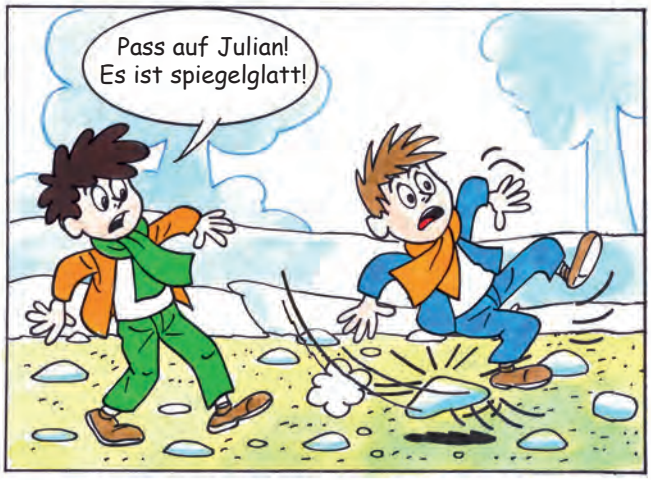
Er muss für Brandbekämpfung, Rettung oder Verletztenversorgung stets freigehalten werden.

Der Rettungsweg ist ebenfalls Fluchtweg als Evakuierungsweg für die Betroffenen einer Gefahr.

Die Feuerwehr braucht ihn zum „Anleitern“ bei der Rettung von Menschen, deren Rückzugsweg abgeschnitten ist.

Er wird durch Schilder gekennzeichnet.

Pech gehabt!



Hat Julian etwas falsch gemacht?

Was meint Jonas mit PECH?

Was könnten die Juniorhelfer unternehmen, damit Jonas nicht friert?

Muss man im Winter denn wirklich noch extra kühlen?

Pech gehabt!

Julian will als erster am Weiher sein. Er rennt los, doch plötzlich stürzt er.

Jonas weiß, was er tun muss:

Jonas schaut sich um und geht in Gedanken die vier „S“ durch:

- Scene — 1 Betroffener
- Safety — Rutschgefahr auch für die Helfer
- Situation — Sportverletzung oder Knochenbruch
- Support — Helfer reichen derzeit aus

Juian ist auf den Boden gestürzt. Er hat große Schmerzen im Knöchel, den er nicht bewegen kann. Das Bein scheint geschwollen zu sein. Julian kann nur unter Schmerzen aufstehen.

Jonas betrachtet und befragt Julian gemäß dem ABCDE-Schema:

- Airway — Atemwege frei
- Breathing — bekommt ausreichend Luft
- Circulation — Kreislauf in Ordnung
- Disability — reagiert, ist klar orientiert, Bein nicht belastbar
- Exposure — Gewalt am Knöchel

Julian braucht weitere Hilfe.

Jonas tröstet Julian und spricht ihm Mut zu.
Dann erklärt er ihm, wie er helfen möchte.
Sie besprechen, dass nur Julian selbst sein Bein bewegen wird.

Falls eine Wunde an der Verletzungsstelle erkennbar ist, versorgt Jonas diese keimfrei. Er ist dabei äußerst vorsichtig und lässt Julian mithelfen.

Natürlich beachtet er dabei die Maßnahmen zum Eigenschutz.

Wenn möglich, kühlt Jonas die Bruchstelle. Auch dabei lässt er sich von Julian helfen, der selbst am Besten weiß, wann etwas weh tut.

Da Jonas den Knöchel noch etwas belasten kann, binden sie gemeinsam das Kühlmaterial mit einem Kompressionsverband fest.

Wäre jegliche Belastung unmöglich gewesen, hätte es sich vermutlich um einen Bruch gehandelt, der eine solche Ruhigstellung erfordert hätte.

So weit möglich, legt Jonas Noah eine Decke oder Kleidungsstücke unter und deckt ihn zu. Wärmeerhaltung ist wichtig!
Das verletzt Bein lagern sie hoch.

Schließlich setzt Jonas einen Notruf ab und fordert weitere Hilfe an.

Lege nun selbst an deinem Partner einen Kompressionsverband nach der PECH-Regel an!
Leite deinen Partner an, damit er bei der Versorgung mithelfen kann!

Pech gehabt!

Julian will als erster am Weiher sein. Er rennt auf dem gefährlich glatten Boden geschwind los.

Plötzlich rutscht er aus und knallt auf den hart gefrorenen Weg.

- Achte auf den Untergrund, auf dem du gehst!
- Renne nicht, wenn es glatt oder rutschig ist!

Bearbeite die Fragen mit dem Partner!
Besprecht eure Erkenntnisse in der Gruppe!

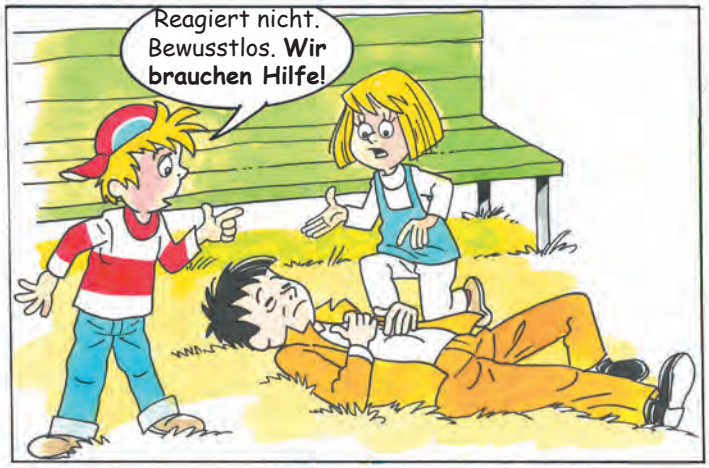
Welche sicheren Anzeichen eines Knochenbruchs kennt ihr?

Eine hilfsbedürftige Person hat Schmerzen an einem Bein, kann aber noch auftreten. Was tut ihr?

Eine hilfsbedürftige Person hat Schmerzen an einem Bein und kann nicht mehr auftreten. Was tut ihr?

Spielt die Situationen und Hilfeleistungen in der Kleingruppe durch!

Herzensretter



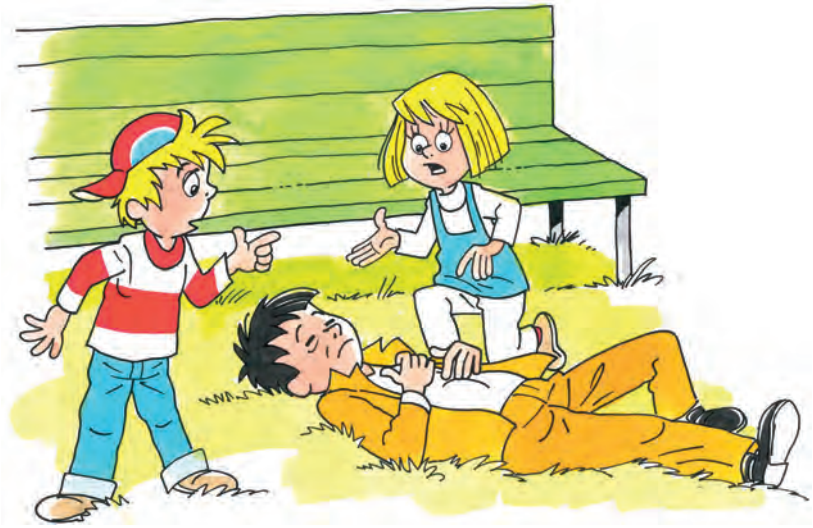
Hast Du eine Idee was dem Mann fehlt?

Was meint Eva mit Drücken?

Was ist anders als neulich im Schwimmbad?

Was bedeutet „Prüfen - Rufen - Drücken"?

Herzensretter



Herr Huber reagiert nicht.
Herr Huber atmet nicht.

Habt ihr eine Idee was dem Mann fehlt?

Was müssen Jonas und Eva tun bis der Rettungsdienst eintrifft?

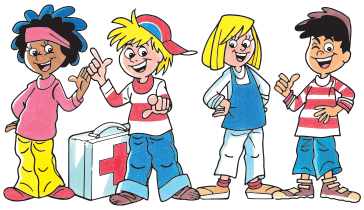
Robin beginnt auch nach fünf Beatmungsstößen nicht zu atmen.

Habt ihr eine Idee was Robin fehlt?

Was müssen Abu, Jonas und Eva tun bis der Rettungsdienst eintrifft?

Herzensretter

Auch Herrn Hubers Notfall an der Bushaltestelle hat, dank der beherzt eingreifenden Juniorhelfer, ein gutes Ende gefunden.



Aber auch wenn Herr Huber einen Kreislaufstillstand erlitten hätte, wären unsere Freunde zur Hilfe bereit

Eva blickt um sich und geht in Gedanken die vier „S“ durch:

- Scene — *1* Betroffener
- Safety — 👍 im Moment keine weitere Gefahr
- Situation — Zusammenbruch, vielleicht Kreislaufstillstand
- Support — Helfer reichen derzeit aus

Herr Huber ist an der Bushaltestelle zusammengebrochen. Nun liegt er reglos neben der Bank an der Haltestelle am Boden. Weitere Helfer stehen zur Verfügung.

Eva spricht Herrn Huber an und berührt ihn an der Schulter. Da keine Reaktion erfolgt, beugt sie den Kopf nackenwärts, damit die Atemwege frei sind. Durch Sehen, Hören und Fühlen stellt sie fest, dass Herr Huber nicht atmet.

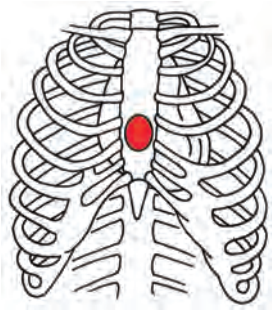
Gemäß dem ABCDE-Schema gilt:

- Airway — 👍 Atemwege frei
- Breathing — 👎 atmet nicht
- Circulation — 👎 Herzstillstand als Ursache wahrscheinlich
- Disability — 👎 reagiert nicht auf Ansprache, bewusstlos
- Exposure — 👍 derzeit keine, längerfristig Kälteeinwirkung

Herr Huber braucht sofort weitere Hilfe, um bleibende Schäden zu vermeiden..

Eva lässt durch Helfer sofort den Rettungsdienst mit dem Stichwort „Reanimation“ verständigen!

Eva beginnt mit 30 Herzdruckmassagen, da es sich um einen Erwachsenen handelt!



Dazu kniet sie sich seitlich, möglichst nahe in Höhe des Brustkorbs, neben Herrn Huber.

Sie entkleidet Herrn Hubers Brustkorb soweit wie nötig.

Anschließend platziert sie den Handballen einer Hand auf dem unteren Drittel des Brustbeines (Mitte des Brustkorbs).

Eva legt den Ballen der anderen Hand auf die erste und verschränkt die Finger, um den Druck ausschließlich auf das Brustbein auszuüben.

Sie beugt sich über den Brustkorb des Betroffenen und streckt die Arme durch. Dabei achtet sie darauf, dass ihre Schultern senkrecht über ihren Händen sind.

Sie drückt das Brustbein 30-mal 5 bis max. 6 cm nach unten (Frequenz ist mind. 100/min bis max. 120/min).

Eva entlastet das Brustbein nach jeder Kompression vollständig. Die Druck- und Entlastungsdauer sind gleich. Die Hände werden nicht vom Betroffenen gelöst.

Da Eva das Beatmen bereits geübt hat und gut kann, folgen nun 2 Atemspenden. Dafür soll die Druckmassage nicht länger als 10 Sekunden unterbrochen werden.

Die Maßnahmen Herzdruckmassage und Atemspende führt Eva so im steten Wechsel im Rhythmus 30:2, also 30-mal drücken und 2-mal beatmen, weiter durch.

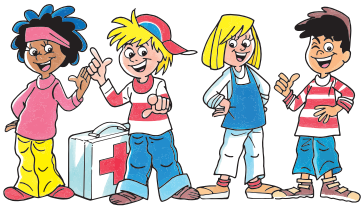
Helfer, die die Beatmung nicht erlernt haben, führen nur die Herzdruckmassage durch.

Die Wiederbelebung wird so lange durchgeführt, bis der Betroffene normal zu atmen beginnt, der Ersthelfer erschöpft ist oder der Rettungsdienst die Maßnahmen übernimmt.

Übe nun selbst an einer Übungspuppe die Wiederbelebung mit Beatmung!

Herzensretter

Abu und seine Freunde konnten Robin bei dem Unfall im Freibad gut helfen.
Der kleine Junge hatte nach einigen Beatmungen zu atmen begonnen.



Die Juniorhelfer wissen aber auch, was sie tun müssen, wenn es nicht so gut ausgeht:

Abu schaut sich um und geht in Gedanken die vier „S“ durch:

- Scene — 1 Betroffener
- Safety — ☝ im Moment keine weitere Gefahr
- Situation — Ertrinkungsunfall
- Support — Helfer reichen derzeit aus

Robin ist unter Wasser geraten und nahezu ertrunken.
Nun liegt er reglos auf der Wiese abseits vom Schwimmbecken.
Weitere Helfer stehen zur Verfügung.

Abu spricht Robin an und berührt ihn an der Schulter. Da keine Reaktion erfolgt, beugt er den Kopf nackenwärts, damit die Atemwege frei sind. Durch Schauen, Hören und Fühlen stellt er fest, dass Robin nicht atmet.

Gemäß dem ABCDE-Schema gilt:

- Airway — ☝ Atemwege frei
- Breathing — 👎 atmet nicht
- Circulation — ? fraglich, aber Stillstand unwahrscheinlich
- Disability — 👎 reagiert nicht auf Ansprache, bewusstlos
- Exposure — ☝ derzeit keine, längerfristig Kälteeinwirkung

Robin braucht weitere Hilfe.

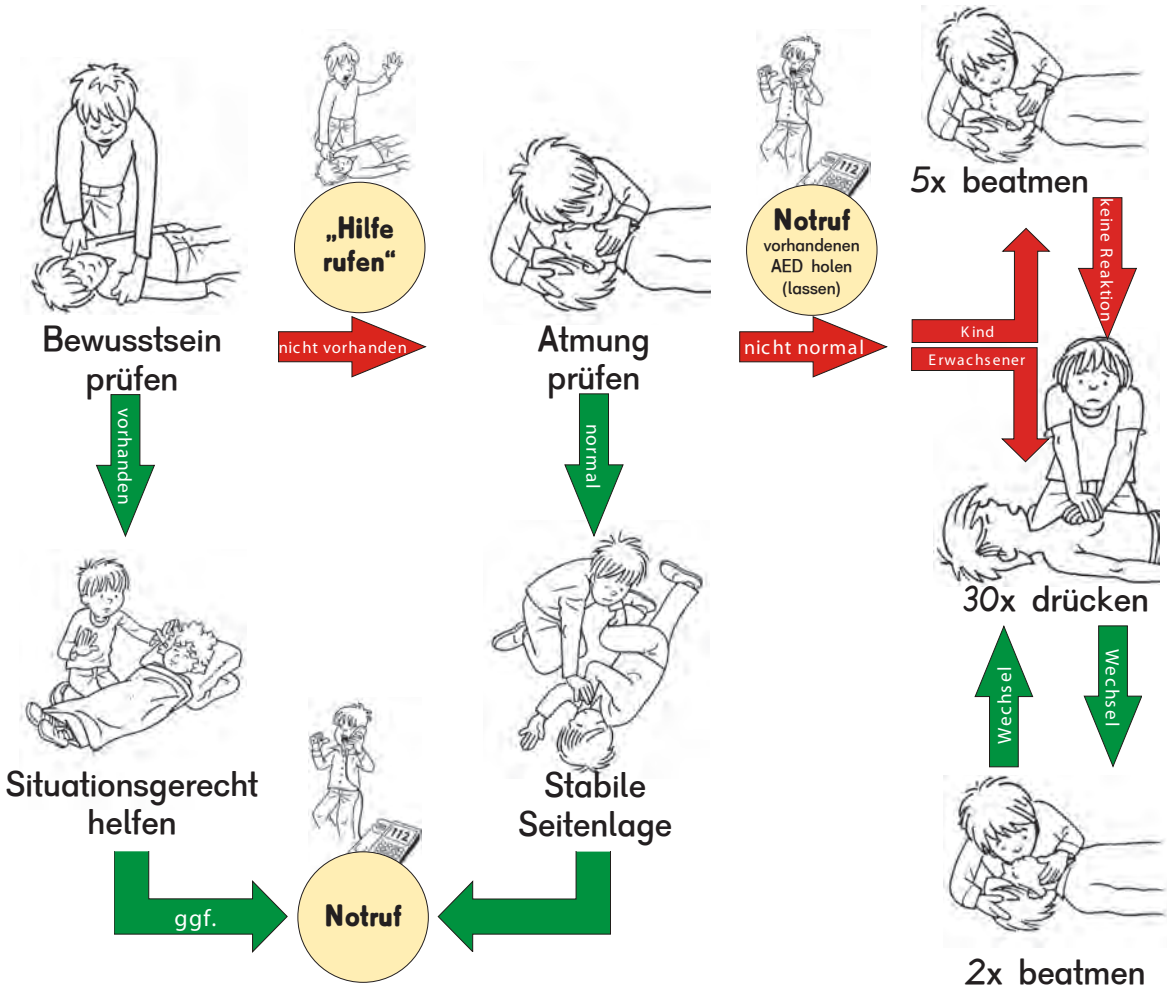
Abu lässt durch Helfer sofort den Rettungsdienst und den Bademeister mit dem Stichwort „Ertrinkungsunfall, Wiederbelebung“ verständigen!

Zum Eigenschutz zieht er das Täschchen mit dem Beatmungstuch aus der Hosentasche, was ohne Zeitverlust möglich ist. Er legt das Tuch über Robins Gesicht und schützt sich so vor direktem Kontakt.

Er beginnt mit fünf Initialbeatmungen, da es sich um ein Kind handelt!

Da Robin nach den fünf Beatmungen nicht zu atmen beginnt, sucht Abu den Druckbereich auf dem Brustkorb und beginnt mit 30 Druckmassagen. Dann folgen im stetigen Wechsel 2 Beatmungen und 30 Druckmasagen.

Übe nun selbst an einer Übungspuppe die Wiederbelebung mit Beatmung!



Die Rotkreuz-Grundsätze und Erste Hilfe sind bei der Jugend Programm

Ob Schulsanitätsdienste, Kampagnen oder Ferienfreizeiten: Mit unserem sozialen Engagement setzen wir uns für ein friedliches Zusammenleben ein, erheben die Stimme für Kinder und Jugendliche in Not. Wir machen uns stark für Gesundheit und das Humanitäre Völkerrecht und mischen bei jugendpolitischen Entscheidungen mit. Wer Spaß daran hat, in Gemeinschaft und ganz ohne Leistungsdruck seine Freizeit aktiv zu gestalten, Freundschaften zu schließen, Heldentaten zu vollbringen, den internationalen Redcross-Spirit zu erleben und gern an Zeltlagern, Gruppenstunden und Events mit Wettbewerbscharakter teilnimmt, ist beim JRK an der richtigen Stelle!

Das Rote Kreuz in Deiner Nähe findest Du hier:

www.jrk-bayern.de/jrk-vor-ort.de

Werde aktiv im Roten Kreuz, weil...

... Du Gemeinschaft erlebst, Freunde findest und Spaß hast.
... Du durch Dein Wissen Menschen praktisch hilfst.
... Du eigene Ideen einbringen kannst.
... Du Stellung beziehst und Werte vertrittst.
... Du Erste Hilfe lernst.
... Du Dein direktes Umfeld zum Positiven veränderst.
... Du kostenlos und bayernweit Mitglied werden kannst.
... Du Lebenserfahrung und Qualifikationen sammelst.
... Du Deine Freizeit aktiv gestalten möchtest.

Das Jugendrotkreuz
Ersthelfer,
Umweltschützer,
Lebensretter,
Weltverbesserer!

Bayerisches Rotes Kreuz
Jugendrotkreuz

Bayerisches Rotes Kreuz

Jugendrotkreuz

www.jrk-bayern.de

Bayerisches Jugendrotkreuz
Garmischer Straße 19 - 21
81373 München
Tel.: 089/9241-1342
Fax: 089/9241-1210
E-Mail: info@jrk-bayern.de