

Der Seniorenbeirat informiert:

Erste Hilfe – Typische Notfälle im Alter ... und was Sie tun können



Am Dienstag, den 11. Juni 2024 hat der Seniorenbeirat zu einem Vortrag zur ersten Hilfe in das Feuerwehrhaus eingeladen. Die Begrüßung der gut besuchten Veranstaltung erfolgte durch den Vorsitzenden des Seniorenbeirates Herr Helmut Plötz.

Der Referent, Herr Dr. Thomas Hartl, ist leitender Notarzt für die Landkreise Forchheim – Bamberg und kann somit aus erster Hand berichten.

Es ist wichtig zu wissen, dass die medizinische Versorgung nicht mehr wie vor Corona funktioniert. Es müssen weitere Wege in Kauf genommen werden und es wird längere Wartezeiten bis zum Eintreffen des Notarztes geben. Deswegen ist es umso wichtiger, dass bei einem Notfall einfach und schematisch geholfen wird.

Erkennen der Situation: Kenne ich diese oder ähnliche Situationen oder ist alles neu?

Ist der Patient ansprechbar? Wie reagiert er?

Sind Sofortmaßnahmen nötig?: Unterstützende Lage, z.B. Beine anheben, in den Schatten setzen, Atemweg sichern, evtl. Kopf anheben, damit die Luftröhre frei wird (nicht bei Kopfverletzungen), Blutungen stoppen

Ist ein **Notruf** zur 112 notwendig oder reicht ein Anruf beim **ärztlichen Bereitschaftsdienst** 116 117? Jemanden gezielt nach Hilfe ansprechen.

Transporthilfe: Was muss im Umfeld alles organisiert werden z.B. Krankenkarte, Arztbriefe, Medikamentenplan, etc.?

Wenn eine **Unterstützung der Atmung** durch Thoraxkompression ohne zusätzliche Geräte notwendig ist, gilt die 30/2 Regel:

30 mal auf den Brustkorb drücken, 2 mal beatmen (Theorie); wer nicht beatmen kann, der soll auf alle Fälle weiter drücken. **Drücken bis der Arzt kommt!**

Das Lied „Yellow Submarine“ von den Beatles hat den richtigen Rhythmus für die Druckmassage.

Der Einsatz von **Defibrillatoren** ist eine weitere Möglichkeit, wenn die Geräte greifbar sind.

Sie können nichts falsch machen, außer Sie tun nichts!

Wichtig wäre es, Notfallsituationen mehrfach zu üben, um Sicherheit beim Eintreten zu bekommen.

Bei der anschließenden Diskussion gab es noch einen wichtigen allgemeinen Tipp:

Bei Verbrennungen nur kühlen – keine Hausmittel verwenden!

Nachdem alle Fragen der Zuhörer beantwortet waren, bedankte sich Frau Stefanie Elflein von der Fachstelle für Seniorenarbeit bei Herrn Dr. Hartl mit einer kleinen Anerkennung.