



Erste Hilfe-Management im Schulsport



**Maßnahmen bei
Unfällen & Notfällen**

Inhaltsübersicht

Erste-Hilfe-Management im Schulsport

Maßnahmen bei Unfällen und Notfällen

Organisatorische Aspekte	Seite 3	Psychologische Aspekte	Seite 4	Erste-Hilfe-Maßnahmen	Seite 5	Fallbeispiele
<ul style="list-style-type: none"> • Sachmittel • Rettungskette • Notruf • Sicherheit • Dokumentation • Prävention 		<ul style="list-style-type: none"> • Ruhe • Kompetenz • Vertrauen 		<ul style="list-style-type: none"> • Kontrolle der Vitalfunktionen • Bewusstseinsstörungen <ul style="list-style-type: none"> - Bewusstlosigkeit - Gehirnerschütterung - Ohnmacht - Sonnenstich - Krampfanfall • Respiratorische Notfälle <ul style="list-style-type: none"> - Verschlucken - Insektenstich - Hyperventilation - Brustkorbverletzung - akuter Asthmaanfall • Herz-Kreislauf-Notfälle <ul style="list-style-type: none"> - Schock - Hitzeerschöpfung - Hitzschlag - Ozon • Wundversorgung <ul style="list-style-type: none"> - Grundsätze, Verbandarten - Nasenbluten - Zahnverletzung • Verletzung d. Knochen- und Bewegungsapparates <ul style="list-style-type: none"> - Distorsion, Luxation, Fraktion - Muskel-Band- u. Sehnenverletzungen 	<p>5</p> <p>5</p> <p>8</p> <p>11</p> <p>14</p> <p>16</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Gehirnerschütterung (Zusammenprall b. Völkerball) 2. Ohnmacht (langes Stehen/Siegerehrung) 3. Epileptischer Anfall (Barrenaufbau) 4. Kaugummi verschluckt (Handball) 5. Wespe in der Cola-Dose (Sportfest-Bundesjugendspiele) 6. Angst beim Turnen an Geräten 7. Ellenbogencheck (Handball) 8. Hitzeerschöpfung (1000 m-Lauf) 9. Schürfungen (Fangspiele Wandkontakt) 10. Kopfplatzwunde (Sturz Langbank) 11. Nasenbluten (Ballspiel) 12. Zahn abgebrochen (Turnen am Reck) 15. Luxation (Volleyball) 16. Distorsion (Basketball) 17. Sprunggelenkverletzung (Bocksprung) 18. Unterarmfraktur: (Fußball) 19. Handgelenkprellung (Volleyball)

I n h a l t

	Seite
Organisatorische Aspekte	3
<ul style="list-style-type: none"> Sachmittel Rettungskette Notruf Sicherheit Dokumentation Prävention 	
Psychologische Aspekte	4
<ul style="list-style-type: none"> • Ruhe • Kompetenz • Vertrauen 	
Erste-Hilfe-Maßnahmen	5
<p>Kontrolle der Vitalfunktionen</p>	5
<p>Bewusstseinsstörungen</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bewusstlosigkeit • Gehirnerschütterung • Ohnmacht • Sonnenstich • Krampfanfall 	5
<p>Respiratorische Notfälle</p> <ul style="list-style-type: none"> • Verschlucken • Insektenstich • Hyperventilation • Brustkorbverletzung • akuter Asthmaanfall 	8
<p>Herz-Kreislauf-Notfälle</p> <ul style="list-style-type: none"> • Schock • Hitzeerschöpfung • Hitzschlag • Ozon 	11
<p>Wundversorgung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Grundsätze • Verbandarten • Nasenbluten • Zahnverletzung 	14
<p>Verletzungen d. Knochen- u. Bewegungsapparates</p> <ul style="list-style-type: none"> • Distorsion, Luxation, Fraktion • Muskel-, Band- u. Sehnenverletzungen 	16

Organisatorische Aspekte		
Sachmittel	<ul style="list-style-type: none"> • Kommunikationsmittel • Medizinisches Material 	Telefon, Handy Verbandkasten C (DIN 13157) Decke Liege/ Krankentrage Kältekompressen; Eiswürfel; gefrorenes Wasser (kein direkter Kontakt!)
Rettungskette	<ul style="list-style-type: none"> • Ortskenntnisse • Notfallplan • Ablauforganisation • Transport 	Anfahrt für Rettungsfahrzeuge Lehrerkonferenz Kollegen, Rektorat, Eltern Transport
Notruf	<ul style="list-style-type: none"> • Notrufnummern • Meldeschema • Wer führt ihn aus? 	110, 112 Wo, Was, Wie viele, Welche... ? auf Rückfragen der Rettungsleitstelle warten! Schüler, Lehrkräfte, ... ?
Sicherheit	<ul style="list-style-type: none"> • Eigensicherung • Absichern der Unfallstelle • Aufsichtspflicht 	
Dokumentation	<ul style="list-style-type: none"> • Elterninformation • Verbandbuch • Unfallanzeige 	Verbleib des Kindes mitteilen ambulante Versorgung Abtransport, Arzt
Prävention	Eltern	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sportinfoabend: Sportkleidung, kein Schmuck, Lern- u. Leistungsstand der Schüler ➤ Krankheiten, Medikamente? (ggf. Info-Weitergabe an Rettungsdienst)
	Kollegen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ausbildung in EH? ➤ SchiLF ➤ Typische Verletzungsmuster? ➤ Aufwärmtraining ➤ Organisation von Betreuungssituationen
	Schüler	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bewusstsein für Risiken schaffen (Spielregeln, Aufwärmtraining, Pulskontrolle) ➤ Juniorhelfer, Schulsanitätsdienst

Psychologische Aspekte

Ruhe	<ul style="list-style-type: none"> • ausstrahlen • Klasse versorgen • Verletzten abschirmen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Schrecken überwinden ➤ mentales Situationstraining ➤ Kollegen ➤ Beschäftigung (z.B. ruhige Spiele) ➤ Klassensprecher ➤ Gespräch ➤ Körper als „Schild“ ➤ Zonen festlegen
Kompetenz	<ul style="list-style-type: none"> • Verhalten • medizinische Maßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ freundlich, ruhig, selbstsicher („Wir haben die Sache im Griff!“) ➤ Sprache + Körpersprache ➤ Puls tasten ➤ Fragen zum Befinden „Wo tut’s weh?“
Vertrauen	<ul style="list-style-type: none"> • Geborgenheit • nicht alleine lassen • Eltern informieren 	<p>vermitteln</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Zuspruch, Ermutigung, Trösten, Erklären ➤ Decke <p>situationsabhängig</p> <p>Liste mit Telefonnummern (situatives Handeln erforderlich)</p>

Versorgung von Sportverletzungen Erste-Hilfe-Maßnahmen

Kontrolle der Vitalfunktionen	<ul style="list-style-type: none"> • Bewusstsein • Atmung • Kreislauf • Maßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ansprechen, Anfassen, Rütteln ➤ freie Atemwege? ➤ Hören, Sehen, Fühlen ➤ Pulskontrolle am Handgelenk (peripher) oder am Hals (zentral) ➤ bei Atemstillstand keine Pulskontrolle ➤ Freimachen der Atemwege ➤ Freihalten der Atemwege ➤ Beatmung und Herzdruckmassage (Reanimation*) ➤ stabile Seitenlage <p style="text-align: right;">*) Erste-Hilfe-Ausbildung</p>
--------------------------------------	---	---

Notfälle Bewusstsein Erste-Hilfe-Maßnahmen

Bewusstlosigkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Erkennen • Gefahren • Maßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ansprechen, Anfassen, Rütteln ➤ Atemstillstand ➤ Anathmen von Fremdkörpern (Aspiration z.B. Kaugummi!) ➤ Zurückfallen der Zunge ➤ Mundraumkontrolle ➤ Kopf nackenwärts überstrecken ➤ Atemkontrolle ➤ stabile Seitenlage bei vorhandener Atmung ➤ + fortlaufende Atemkontrolle
-------------------------	---	--

<p>Gehirnerschütterung</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ursachen • Erkennen • Maßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Gewalteinwirkung auf den Kopf ➤ Sturz auf den Kopf ➤ Kopfschmerzen ➤ Übelkeit evtl. Erbrechen ➤ Erinnerungslücke? ➤ Blässe ➤ Gehirnflüssigkeit (farblos) aus Nase oder/und Ohr (Verletzung der Schädelbasis) ➤ evtl. Bewusstlosigkeit ➤ stabile Seitenlage bei Bewusstlosigkeit ➤ wenn Schüler bei Bewusstsein, Kopf erhöht lagern! ➤ Beule kühlen <p>Notruf</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ bei Erinnerungslücke ➤ Bewusstlosigkeit ➤ bei schweren Anzeichen (starke Kopfschmerzen, Erbrechen, Kreislaufprobleme)
<p>Ohnmacht</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Ursachen • Erkennen • Gefahren • Maßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ langes Stehen, niedriger Blutdruck ➤ starke emotionale Reaktion (Freude, Leid, Schmerz) ➤ „mir wurde plötzlich schwarz vor den Augen“ ➤ Verletzung durch unkontrolliertes Hinfallen ➤ hinlegen, ggf. Füße hoch lagern (nicht bei Gehirnerschütterung!) ➤ ggf. Versorgung der Sturzverletzung

<h2>Sonnenstich</h2>	<ul style="list-style-type: none"> • Ursache • Erkennen • Maßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ lange Sonneneinwirkung auf den Kopf ➤ Reizung der Hirnhaut (Prophylaxe: Kopfbedeckung!) <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p><i>Symptome treten zeitversetzt auf!</i></p> </div> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Kopfschmerzen ➤ Nackenschmerzen, -steifigkeit ➤ Übelkeit, evtl. Erbrechen ➤ heißer Kopf ➤ u.U. Schüttelfrost ➤ u.U. Bewusstlosigkeit <ul style="list-style-type: none"> ➤ Kopf hoch lagern + kühlen ➤ bei Bewusstlosigkeit stabile Seitenlage <p>Notruf</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ bei schweren Symptomen
<h2>Krampfanfall</h2>	<ul style="list-style-type: none"> • Ursachen • Erkennen • Gefahren • Maßnahmen 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Epilepsie ➤ Unterzucker ➤ Hyperventilation? <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"> <p><i>Vorerkrankung? abfragen Sportelternabend</i></p> </div> <p><i>siehe Kapitel „Notfälle Atmung“</i></p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ plötzliches Hinstürzen/Umfallen ➤ Verkrampfung ➤ Krampf klingt meist nach 3-5 Minuten wieder ab <ul style="list-style-type: none"> ➤ Verletzung durch zu Boden fallen ➤ wiederkehrender Anfall bei Epilepsie möglich ➤ vor weiteren Verletzungen schützen ➤ Notruf ➤ nach Abklingen des Anfalls fortlaufende Atemkontrolle



immer:

- Atemkontrolle
- hören, sehen, fühlen,
- Atemfrequenz?

Notfälle Atmung

Verschlucken

Erkennen	Fremdkörper in der Luftröhre ➤ heftiger reflektorischer Husten	kein Kaugummi beim Sport!
Maßnahmen	- bei Reizhusten - nach vorne beugen, evtl. auch übers Knie legen und mit der flachen Hand zwischen die Schulterblätter klopfen	
Erkennen	Körper in der Speiseröhre ➤ Druckgefühl, Beklemmungsgefühl ➤ kein Reizhusten aber „hüsteln“, weil Druck auf die Luftröhre möglich	
Maßnahmen	- bei Druckgefühl - Nachtrinken	

Insektenstich

Erkennen	➤ starke Schwellung bei heftiger allergischer Reaktion ➤ ein oder mehrere Stiche? ➤ Stich im Mund-/Rachenraum?
Maßnahmen	➤ kühlen, Umschläge ➤ Antiallergicum? ➤ Ruhe, Hinlegen + Oberkörper / Kopf erhöht lagern ➤ Notruf bei allergischer Reaktion bei Atemnot
	<p> Wichtig: Bei Kenntnis von allergischen Vorerkrankungen und evtl. Medikation des Schülers, Verabreichung des ärztlich verordneten Medikaments (z.B. Corticoid, Antihistaminikum) nur mit schriftlichem Einverständnis der Eltern bzw. im Einklang mit den Dienstvorschriften.</p>

Hyperventilation	
Ursachen	<ul style="list-style-type: none"> • psychischer Stress, Angst, Mobbing • krankhaft niedriger Kalziumspiegel (Vorerkrankung?)
Erkennen	<ul style="list-style-type: none"> • krampfhaftes, zu schnelles Atmen • Verkrampfung, „Pfötchenstellung“ der Hände • evtl. Bewusstlosigkeit
Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> • Unterricht sofort unterbrechen • Schüler beruhigen • zum ruhigen Atmen anleiten (selber mitatmen) • psychologische Betreuung in ruhiger Umgebung • Notruf!
Brustkorbverletzung	
Ursachen	<ul style="list-style-type: none"> • stumpfe Verletzung • spitze Verletzung
Erkennen	<ul style="list-style-type: none"> • Prellmarke (Rötung, blauer Fleck) • Wunde • atemunabhängige Brustkorbschmerzen • Atemnot, Blässe • seitenungleiche Brustkorbbewegung
Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> • atemerleichternde Sitzhaltung (Oberkörper erhöht lagern) • bei Atemnot: Notruf • Beruhigen und Betreuen

Akuter Asthmaanfall	
Ursachen	<ul style="list-style-type: none">• Allergie• Stress, Anstrengung
Erkennen	Atemnot: <ul style="list-style-type: none">• Schüler läuft blau an• Verlängerte, erschwerte Ausatmung (Pfeifen, Giemen beim Ausatmen)
Gefahren	<ul style="list-style-type: none">• Atemstillstand durch Verschluss der Bronchien (starke Schleimabsonderung)• Kreislaufkollaps durch extreme Atemanstrengung• Wiederkehren des Anfalls
Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none">• Aufsetzen und Abstützen der Arme• frische Luft zuleiten (Fenster aufmachen)• bei bekanntem Asthma: Medikation mit verordnetem Inhalationsspray• bei bekannter Allergie: Gabe der verordneten Medikamente

Herz-, Kreislauf-Notfälle

Schock

Ursachen	Blut-, Wasser- Elektrolytverlust	Schmerzen psych. Notfall	Herzerkrankung -insuffizienz	Atemnot
	Durchfall Erbrechen starkes Schwitzen starke Blutung ↓ reduzierte Blutmenge	Frakturen, Gelenk- Verletzungen Angst, Stress ↓ Erweiterung der peripheren Gefäße	Vorerkrankung Herzinfarkt ↓ Abfall der Pumpleistung	Asthma Brustkorbverletzung ↓ reduziertes O ₂ -Angebot
Abnahme der Blut- und der Sauerstoffversorgung O ₂ -Mangel in den Zellen				
Kompensationsphase Erhöhung der Pulsfrequenz + Zentralisierung der Blutversorgung				
Erkennen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ schneller Puls, schwer tastbar ➤ Blässe, kalte Haut, Frieren, Zittern ➤ Bewusstseinsbeeinträchtigung 		<div style="border: 1px solid black; padding: 10px; font-size: 2em; font-weight: bold; text-align: center;">Keine Schocklage bei:</div> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Kopfverletzungen ▪ Atemnot ▪ Herzbedingten Notfällen ▪ Frakturen der Wirbelsäule, Hüfte, ▪ Bauchverletzungen 	
Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Betreuung, Geborgenheitsgefühl vermitteln, Ruhe ➤ stoppen von starken Blutungen (Druckverband) ➤ Wärmeerhaltung ➤ Lagerung situationsbezogen atemerleichternd kreislaufstabilisierend herzentlastend 			

Hitzeerschöpfung	
Ursachen	Wasser- und Elektrolytverlust durch starkes Schwitzen (Tätigkeit und Allgemeinzustand beeinflussen das Krankheitsbild)
Erkennen	<ul style="list-style-type: none"> • auffallende Blässe • hochgradige Schwäche • normale Körpertemperatur • ganzer Körper schweißnass • schneller, schwacher Puls
Gefahren	<ul style="list-style-type: none"> • akutes Kreislaufversagen (Kollaps), Bewusstlosigkeit • Krampfanfall z.B. wegen Unterzucker
Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> • Lagerung oder • keine weitere Anstrengung! • Wärmeerhaltung • bei klarem Bewusstsein: Flüssigkeit zuführen • Notruf bei schweren Anzeichen
Hitzschlag	
Ursachen	Überhitzung durch körperliche Anstrengung bei feuchtschwüler Witterung Körper schwitzt nicht mehr
Erkennen	<ul style="list-style-type: none"> • hochroter Kopf • heiße, trockene Haut • erhöhte Körpertemperatur • erhöhter Puls
Gefahren	<ul style="list-style-type: none"> • akutes Herz-Kreislauf-Versagen • Fieberkrampf • Bewusstlosigkeit

Maßnahmen	<p>Betroffenen an einen kühlen Ort bringen</p> <p>Lagerung</p> <ul style="list-style-type: none"> • Kleider öffnen • feuchte Tücher (lauwarm) auflegen (auch Wadenwickel) • Luft zufächeln • Ruhe + Zeit mitbringen (langfristige Erholungsphase)
Info:	
	<p>Ozon ist eine besondere Form des Sauerstoffs (O₃) und wird als Oxidations- und Bleichmittel eingesetzt. Ozon bildet sich überall dort, wo durch Energiezufuhr (Strahlung) Sauerstoffatome aus Sauerstoffmolekülen freigesetzt werden.</p> <p>Ozon entsteht unter Sonnenlicht auch aus Stickstoff- und Schwefeloxiden (Auto-, Industrieabgase). Ozon führt zu</p> <ul style="list-style-type: none"> • Reizung der Schleimhäute • Anschwellen der Schleimhäute • Verengung der Bronchien (Broncho spasmus) • erschwerte Atmung • Störung der O₂-Versorgung • Erhöhter Puls



Hitze und erhöhte Ozonwerte
wirken kreislaufbelastend!

Körperliche Anstrengung bei
disponierten kreislaufschwachen
Menschen vermeiden!

**Vorbeugung: - für Schatten sorgen; Wasser muss vorhanden sein; Kopfbedeckung;
Überhitzung der Schüler vermeiden!**

Wundversorgung

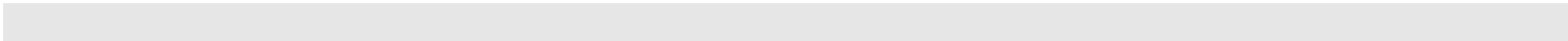
Grundsätze	
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Eigenschutz (Einmalschutzhandschuhe) ➤ Wunde nicht auswaschen ➤ keine Desinfektion, Salben, Sprays usw. ➤ Fremdkörper in der Wunde lassen (Ausnahme: Zecken durch den Arzt zeitnah entfernen lassen) ➤ keimfreie Abdeckung ➤ Tetanusprophylaxe abfragen <p style="font-size: 2em; text-align: center;">Tetanusschutz überprüfen!</p>
Verbandmaterial	
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Wundschnellverband (Pflaster) nur bei kleinen, oberflächlichen Verletzungen ➤ Kompresse • Verbandpäckchen • Mullbinde • Verbandtuch <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block;"> <p>➡ Bedeutung der Sterilität (Verfallsdatum!)</p> </div>
Verbandarten	
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ellenbogen-, Knieverband ➤ Kopfverband ➤ Druckverband am Fuß, an der Hand ➤ Versorgung eines Amputats (Ring, Schmuck)
Nasenbluten	
Ursachen	Schlag auf die Nase, Aufregung ausgetrocknete Schleimhäute
Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Hinsetzen und nach vorne tropfen lassen ➤ nicht auf den Rücken legen lassen ➤ Nacken kühlen ➤ keine Tamponate ➤ evtl. kurzzeitige Kompression selbst durchführen lassen (Schüler soll selbst entspr. Nasenflügel kurzzeitig zudrücken) ➤ Juniorhelfer einbeziehen

Zahnverletzungen		
Zahnprellung Zahnfraktur Längs- und/oder Querfraktur	Durch starken Schlag (meist sind die Schneidezähne betroffen) Gefahr: der Zahnerv kann absterben (auch Wochen später!)	Empfehlung: Zeitnahe Überprüfung beim Zahnarzt
Maßnahmen bei Zahnverletzungen		
Zahn ist teilweise oder komplett ausgeschlagen Bei Stürzen auf den Mund Bei Stürzen auf das Kinn Bei seitlichem Schlag Bei evtl. Schocksymptomatik	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Zahn in ein sauberes Gefäß mit Wasser (besser Kochsalzlösung) geben ➤ Zahnwurzel nicht anfassen ➤ Blutstillung (auf gerollte Kompresse beißen oder aufpressen lassen) ➤ Evtl. noch wackelnden Zahn nicht abreißen <ul style="list-style-type: none"> ➤ Zahntragenden Knochen auf Frakturen prüfen: Stufenbildung? Knochen beweglich? <ul style="list-style-type: none"> ➤ Kiefergelenke kontrollieren: Zeigefinger vor das Ohr des Kindes legen, Mund öffnen und schließen lassen; bei Frakturverdacht (z.B. vor dem Kiefergelenk ist ein Knochenreiben fühlbar) <p>Ein Ellenbogencheck oder Schwinger von der Seite kann den Unterkiefer Ausrenken oder die Gelenkscheibe verschieben</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Keine Einrenkversuche ➤ I.d.R. Röntgenaufnahme wegen Frakturausschluss erforderlich ➤ Transport in Kieferchirurgie wegen spezieller Röntgenaufnahme des Kiefers <p>Schockbehandlung ohne Schocklage Kopf erhöht lagern</p>	<div style="border: 1px solid black; padding: 20px; font-size: 2em; font-weight: bold;">Notruf!</div>
Und immer:		
Vorhandene Info über Tetanusschutz und Antibiotika(un)verträglichkeit mitgeben lassen!		


Verletzungen des Knochen- und Bewegungsapparates

Verstauchung = Distorsion		
Ursache	Bänder und die Kapsel eines Gelenkes werden überdehnt	Es gibt auch die Möglichkeit
Erkennen	Unfallhergang <ul style="list-style-type: none"> ➤ starke Schmerzen (Schockgefahr!) ➤ Schwellung über dem Gelenk ➤ Bluterguss ➤ Schonhaltung 	
Verrenkung = Luxation		
Ursache	Gelenkkopf springt aus der Gelenkpfanne und verbleibt in dieser Position	kombinierter Verletzungen.
Erkennen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ wie Verstauchung ➤ Fehlstellung im Gelenk 	
Gefahren	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Schädigung von Blutgefäßen ➤ Schädigung von Nerven durch den Druck des Gelenkkopfes 	
Knochenbruch = Fraktur		
Ursache	Einriss, Durchtrennung der Knochenstruktur	Eine Unterscheidung ist vor Ort oftmals nicht möglich.
Erkennen	Unfallhergang <ul style="list-style-type: none"> ➤ u.U. starke Schmerzen (Schockgefahr!) ➤ Fehlstellung ➤ offener Bruch ➤ Schonhaltung ➤ Schwellung 	

Gefahren	<ul style="list-style-type: none">➤ Schock aufgrund starker Schmerzen➤ Schock aufgrund von Blutverlust➤ Schock bei Rückenmarkschädigung➤ Muskel- und Weichteilverletzungen➤ Gefäß- und Nervenverletzungen➤ Fettembolie bei Fraktur von Röhrenknochen (z.B. Schienbein)➤ Thrombose, Thromboembolie
Versorgungsgrundsätze	
	<ul style="list-style-type: none">➤ Ruhigstellung in vorgefundener Position immer über die beiden benachbarten Gelenke hinweg➤ kein Einrenken von Frakturen bzw. Luxationen➤ sterile Wundversorgung bei offenen Frakturen➤ Kühlen (Schmerzlinderung, reduziertes Anschwellen)



Muskel-, Band- und Sehnenverletzungen

Bandverletzungen	
Erkennen	<p>Bänderdehnung, Bänderriss</p> <p>Unfallhergang, auch in Kombination mit einer Luxation, Distorsion, Fraktur Siehe Kapitel „Verletzungen des Knochen- u. Bewegungsapparates“</p> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; display: inline-block; text-align: center;">  <p>Gelenk nicht bewegen!</p> </div>
Sehnenverletzungen	
Erkennen	<p>Sehnenreizung, Sehnenriss</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Schonhaltung, starke Schmerzen ➤ bei Riss Bewegungsunfähigkeit
Maßnahmen	<p>Siehe Kapitel „Verletzungen des Knochen- u. Bewegungsapparates (Frakturen“)</p>
Muskelverletzungen	
Erkennen	<p>Zerrung, Muskelfaserriss</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Unfallhergang <ul style="list-style-type: none"> - Bewegungseinschränkung - Schmerzen im Muskel - Muskel ist angespannt, u.U. Einriss tastbar
Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bandagieren ➤ Kühlen (kein Eisspray, kein Eis unmittelbar auf die Haut!) ➤ kein Sport
P	Pause
E	Eis, kalte Kompresse
C	Compression (Bandage)
H	Hoch lagern (nicht bei starken Schmerzen oder Verdacht auf Fraktur!)

ANLAGE

Entwurf für eine formlose Mitteilung an die Eltern, dass in der Schule ihrem Kind ein „Unfall“ passiert ist, der beobachtet werden sollte.

Sehr geehrte Eltern,

bei Ihrem Kind ist heute während der Unterrichtszeit in der Schule ein Vorfall geschehen, der im Sinne der Ersten-Hilfe weiter beobachtet werden sollte:
z. B.: Er/Sie ist mit einem anderen Kind in der Pause mit dem Kopf zusammengestoßen.

Bitte beobachten Sie Ihr Kind im Laufe des Nachmittags genau und lassen Sie es unter Umständen von einem Arzt untersuchen.
Ich wäre Ihnen dankbar, wenn Sie mir, wenn nötig, genauere Informationen zukommen lassen würden.

Mit freundlichen Grüßen

- **Einträge für Sicherungskräfte (sollte neben dem Telefon angebracht werden)**

	Tel.-Nr.	Ort/Straße	Name	Zu erreichen, Klassenzimmer
Rettungsleitstelle				
Arztpraxis				
Durchgangsarzt				
Krankenhaus				
EH-Ausbilder der Schule				
Ersthelfer an der Schule				
Sicherheitsbeauftragter				
Sekretariat				
Hausmeister				
Schulleitung				

Folgende Angaben sind für Notfallsituation gedacht und werden selbstverständlich vertraulich behandelt:

Name (Schüler/Schülerin) _____

Telefonnummer/n, unter denen die Eltern im Notfall erreichbar sind:

Falls die Eltern nicht erreichbar sind, können wir uns an folgende Personen wenden:
(Name und Tel.-Nr.) _____

Name/Tel.-Nr. des Hausarztes _____

Auf folgende Erkrankungen oder Empfindlichkeiten/Allergien meines weise ich hin: _____

Unverträglichkeit von Medikamenten: _____

Mein Kind muss folgende Medikamente regelmäßig einnehmen (wann und wie oft täglich? Mengen?) _____

Mein Kind ist gegen Wundstarrkrampf geimpft ja nein
Wann erfolgte die letzte Impfung? _____

Mein Kind kann schwimmen
 kann nicht schwimmen

Gibt es sonst noch etwas, das ich zum Wohle des Kindes wissen sollte? _____

Ich/wir bitte/n um ein vertrauliches Gespräch ja nein

Ort, Datum

Unterschrift eines Erziehungsberechtigten

