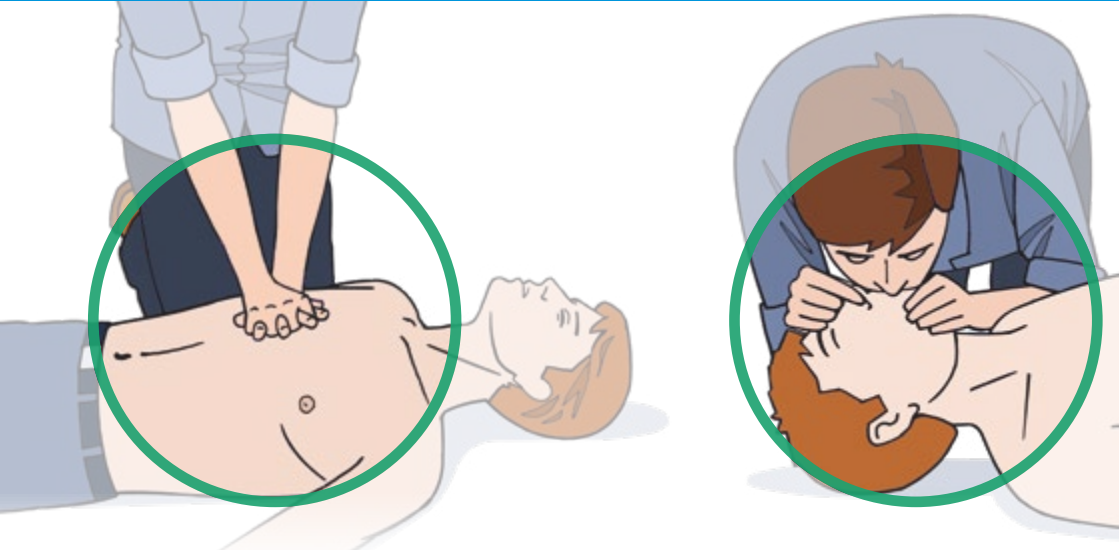


204-006

DGUV Information 204-006



Anleitung zur Ersten Hilfe

Herausgeber

Deutsche Gesetzliche
Unfallversicherung e.V. (DGUV)

Glinkastraße 40
10117 Berlin
Tel.: 030 288763800
Fax: 030 288763808
E-Mail: info@dguv.de
Internet: www.dguv.de

Sachgebiet „Betriebliches Rettungswesen“, Fachbereich „Erste Hilfe“ der DGUV

Ausgabe November 2017

DGUV Information 204-006 zu beziehen bei Ihrem zuständigen
Unfallversicherungsträger oder unter www.dguv.de/publikationen

Anleitung zur Ersten Hilfe

Inhaltsverzeichnis

	Seite
1 Aushang zur Ersten Hilfe	6
2 Allgemeine Verhaltensweisen beim Auffinden einer Person	7
3 Lebensrettende Sofortmaßnahmen	8
4 Herzdruckmassage	10
5 Beatmung	11
6 Seitenlage	12
7 Blutungen	13
8 Schock	16
9 Knochenbrüche, Gelenkverletzungen	17
10 Verbrennungen	18
11 Verätzungen	19
12 Vergiftungen	20
13 Unfälle durch elektrischen Strom	21
14 Dokumentation von Erste-Hilfe-Leistungen	22

1 Aushang zur Ersten Hilfe

Rettungsleitstelle (Notruf):	
Ersthelfer/Ersthelferin:	
Betriebssanitäter/Betriebssanitäterin:	
Erste-Hilfe-Material bei:	
Erste-Hilfe-Raum:	
Nächste erreichbare Ärzte/Ärztinnen:	
Berufsgenossenschaftliche Durchgangsarzte/Durchgangsarztinnen:	
	Info: www.dguv.de/landesverbaende
Nächstgelegenes Krankenhaus:	
Lerne helfen – werde Ersthelfer/Ersthelferin	
	Info: www.dguv.de/fb-ersthilfe
Meldung zur Ausbildung bei:	

Diese „Anleitung zur Ersten Hilfe“ ergänzt das Plakat „Erste Hilfe“ (DGUV Information 204-001) und gibt weitergehende Hinweise zur Ersten Hilfe im Betrieb. Ausführliche Informationen enthält das „Handbuch zur Ersten Hilfe“ (DGUV Information 204-007).

2 Allgemeine Verhaltensweisen beim Auffinden einer Person

Grundsätze

Ruhe bewahren

Unfallstelle sichern

Eigene Sicherheit beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

Notruf

Wo ist der Notfall?

Warten auf Fragen, zum Beispiel:

Was ist geschehen?

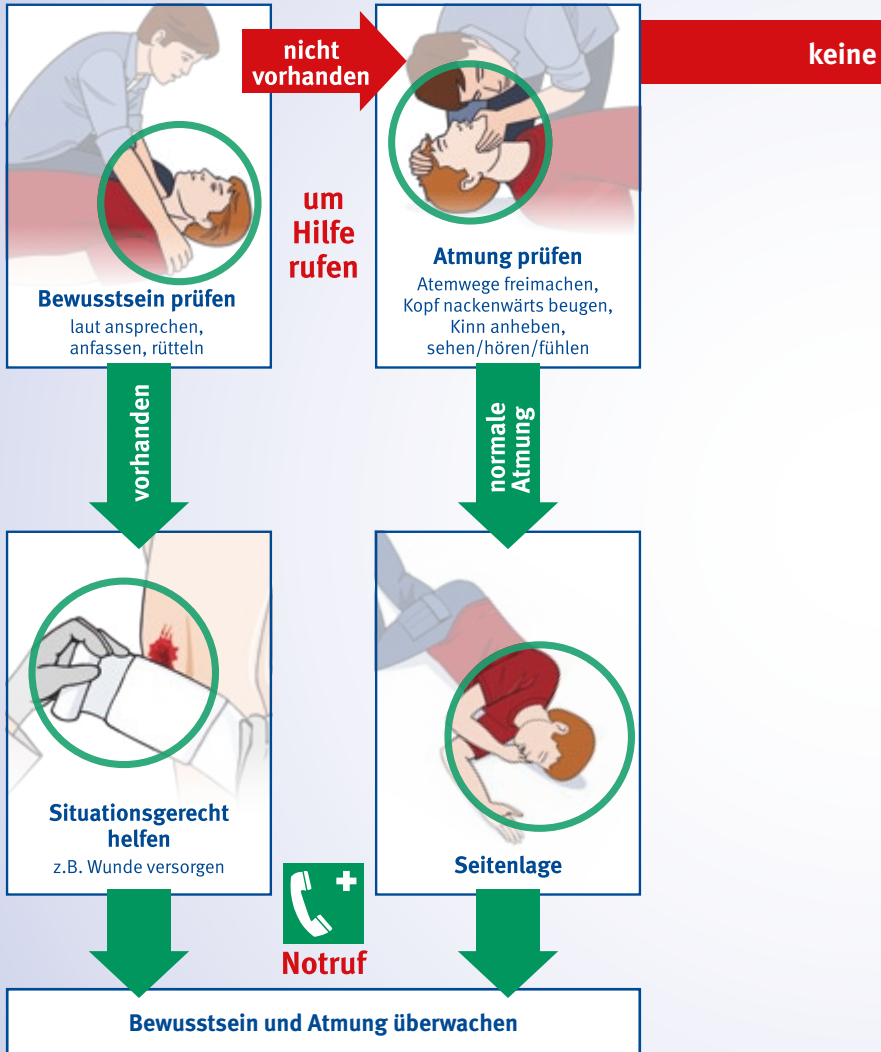
Wie viele Verletzte/Erkrankte?

Welche Verletzungen/Erkrankungen?



3 Lebensrettende Sofortmaßnahmen

Ablaufschema bei lebensbedrohlichen Situationen



normale Atmung

Notruf



**AED* holen
lassen**

30 x Herzdruckmassage im Wechsel mit **2 x Beatmung**
Hände in Brustmitte
Drucktiefe 5 – 6 cm
Arbeitstempo 100 – 120/min
1 s lang Luft
in Mund oder
Nase einblasen

* Sofern verfügbar – den Anweisungen des „Automatisierten Externen Defibrillators“ (AED) folgen.

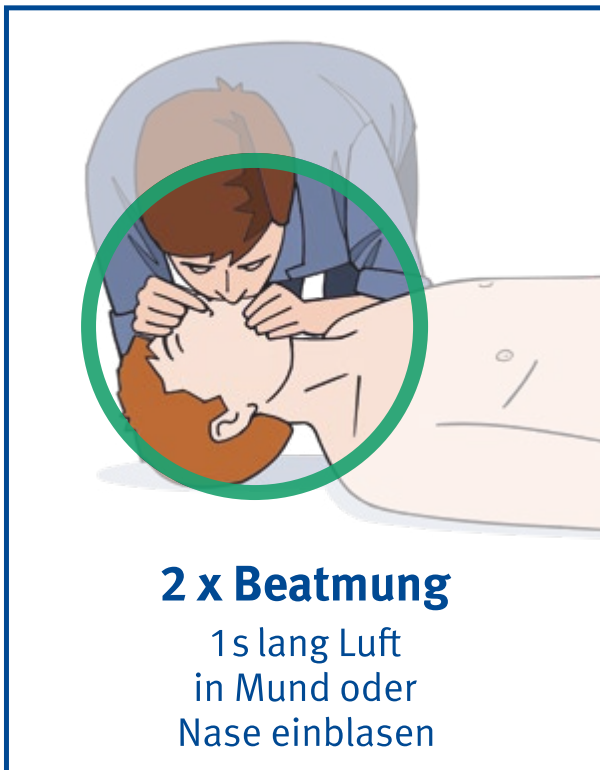
4 Herzdruckmassage

- Rückenlage auf harter Unterlage
- Oberkörper freimachen
- Handballen einer Hand auf die Mitte der Brust legen
- Handballen der zweiten Hand auf die erste Hand legen und die Finger verschränken
- Mit gestrecktem Arm das Brustbein 5 bis 6 cm nach unten drücken
- Brustbein nach jedem Druck entlasten
- 30 x Herzdruckmassage (Arbeitstempo: 100 – 120/min) im Wechsel mit 2 x beatmen
- Wiederbelebung bis Atmung einsetzt oder Rettungsdienst übernimmt



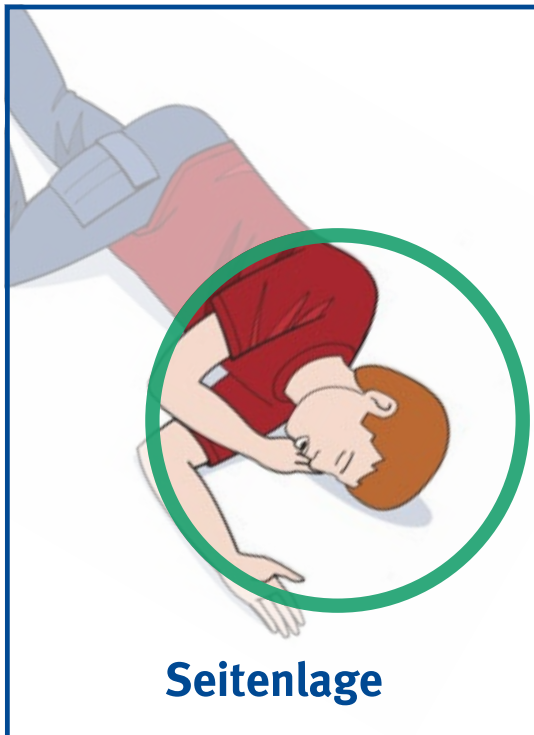
5 Beatmung

- Kopf nacktenwärts beugen
- 2 x beatmen im Wechsel mit 30 x Herzdruckmassage
- Mund zu Mund (Nase zuhalten)
siehe Abbildung
oder
- Mund zu Nase (Mund zuhalten)
- 1 Sekunde lang gleichmäßig Luft einblasen



6 Seitenlage

- Beine der bewusstlosen Person strecken
- Nahen Arm angewinkelt nach oben legen, die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben
- Ferne Hand der bewusstlosen Person fassen und Arm vor der Brust kreuzen, Hand nicht loslassen
- Mit der anderen Hand an den fernen Oberschenkel (nicht im Gelenk!) der bewusstlosen Person greifen und Bein beugen
- Bewusstlose Person zu sich herüber ziehen
- Hals überstrecken und Mund leicht öffnen
- An der Wange liegende Hand so ausrichten, dass der Hals überstreckt bleibt
- Ständige Atemkontrolle



7 Blutungen

Erkennen

- Blutende Wunden können durch Kleidungsstücke oder durch die Lage der verletzten Person verdeckt sein

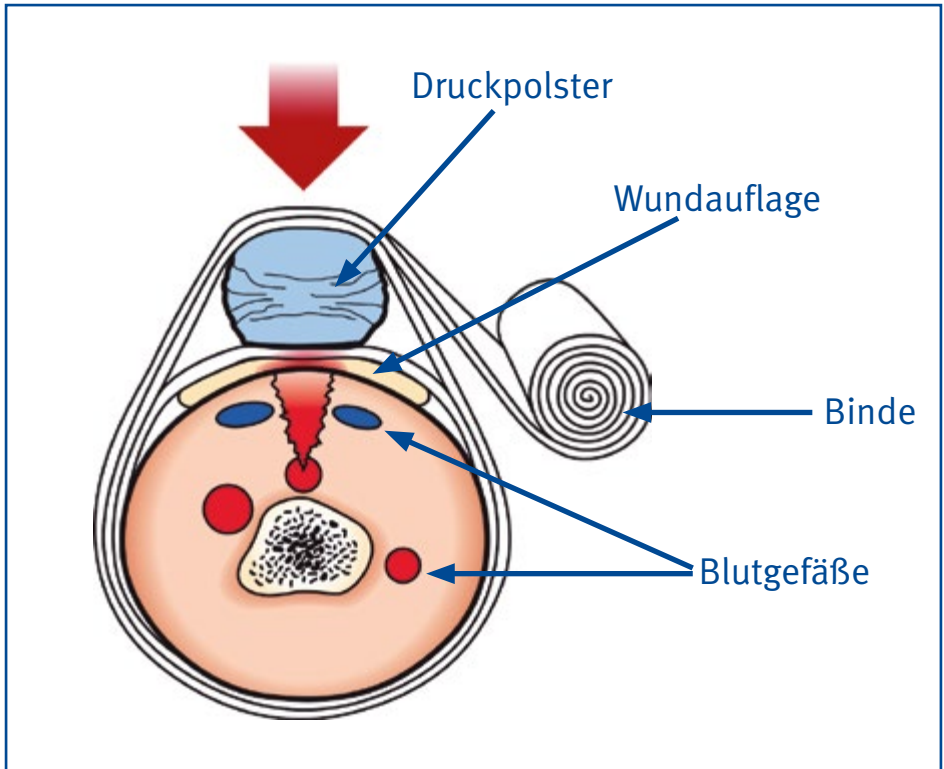
Maßnahmen

- Einmalhandschuhe tragen
- Wunden keimfrei bedecken
- Gegebenenfalls Schocklagerung
- Gegebenenfalls Anlegen eines Druckverbandes

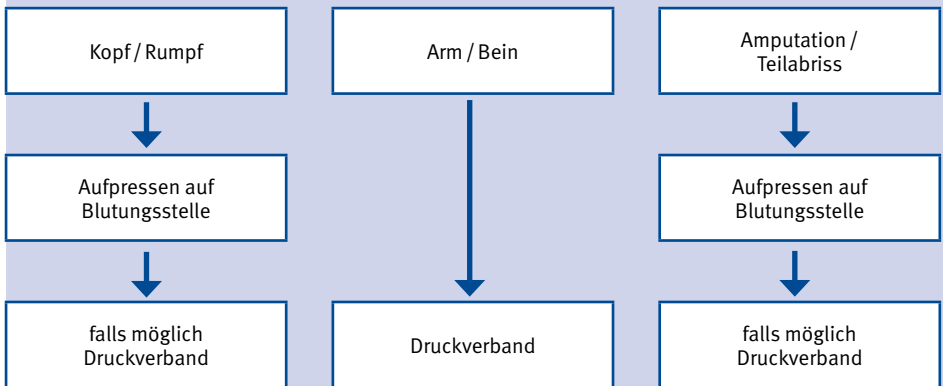


Anlegen eines Druckverbandes

- Wundauflage auf Wunde legen und mit 2 bis 3 Bindengängen fixieren
- Druckpolster, z.B. zweites Verbandpäckchen, auf Wundauflage platzieren
- Mit weiteren Bindengängen stramm befestigen



Bedrohliche Blutung aus Wunden



Bei Abriss von Körperteilen

- Abgetrennte Körperteile suchen
- In keimfreiem Verbandmaterial kühl verpackt der verletzten Person oder Rettungsdienst mitgeben (z. B. Replantat-Beutel)

8 Schock

Erkennen

- Frieren/Zittern
- Blasse, kalte Haut
- Schweiß auf der Stirn

Diese Anzeichen treten nicht immer alle und nicht immer gleichzeitig auf.

Maßnahmen

- Für Ruhe sorgen
- Gegebenenfalls Blutungen stillen
- Vor Wärmeverlust schützen (Decke unterlegen, zudecken)
- Schocklage herstellen
- Zuwendung, Betreuung
- Ständige Kontrolle von Bewusstsein und Atmung



9 Knochenbrüche, Gelenkverletzungen

Erkennen

- Schmerzen
- Abnorme Lage/Beweglichkeit
- Verkürzung der Gliedmaßen
- Funktionsverlust
- Schonhaltung

Maßnahmen

- Ruhigstellung des verletzten Körperteils in vorgefundener Lage
- Prellungen und Verrenkungen der Gelenke kühlen
- Bei Verdacht auf Wirbelsäulenverletzung Lage der verletzten Person möglichst **nicht** ändern
- Bei offenen Knochenbrüchen Wunden mit sterilem Material bedecken

10 Verbrennungen

Maßnahmen

- Brennende Person ablöschen
- Mit heißen Stoffen behaftete Kleidung sofort entfernen
- Auf der Haut festhaftende Kleidungsstücke **nicht** entfernen
- Kleinere Verbrennungen mit fließendem Wasser kühlen bis Schmerz nachlässt (einige Minuten)
- Brandwunden keimfrei bedecken
- Vor Wärmeverlust schützen

11 Verätzungen

Erste-Hilfe-Maßnahmen sind bereits bei Verdacht auf eine Verätzung durchzuführen, da die Wirkung von ätzenden Stoffen mit zeitlicher Verzögerung auftreten kann.

Allgemeine Maßnahmen

- Auf Selbstschutz achten (z.B. Schutzhandschuhe, Atemschutz)
- Für Körperruhe sorgen
- Vor Wärmeverlust schützen
- Ärztliche Behandlung veranlassen
- Erbrechen **nicht** herbeiführen

Augen

- Auge unter Schutz des unverletzten Auges sofort ausgiebig (ca. 10 Minuten) bei geöffneten Augenlidern mit Wasser spülen
- Im Auge verbliebene feste Stoffe mechanisch, z.B. mit einem feuchten Tupfer, entfernen
- Steriler Schutzverband

Haut

- Verunreinigte Kleidung, auch Unterwäsche und Schuhe, sofort ausziehen
- Haut mit viel Wasser spülen
- Wunden keimfrei bedecken

Verschlucken

- Sofortiges kräftiges Ausspülen des Mundes
- Wasser in kleinen Schlucken trinken lassen (Verdünnungseffekt)

Atmungsorgane

Bei Gefahr von Verätzungen durch Reizgase, z.B. Chlor, nitrose Gase, sind spezielle Erste-Hilfe-Maßnahmen durch den Betriebsarzt bzw. Betriebsärztin festzulegen und die Ersthelfer und Ersthelferinnen entsprechend zu schulen.

12 Vergiftungen

Erkennen

- Angaben des Verletzten und anwesender Personen
- Anzeichen im Umfeld für das Einwirken giftiger Stoffe

Allgemeine Maßnahmen

- Vergiftete Personen unter Selbstschutz (z.B. Schutzhandschuhe, Atemschutz) aus dem Gefahrenbereich bringen
- Für Körperruhe sorgen, vor Wärmeverlust schützen
- Gifteinwirkung ermitteln (Giftstoff, Konzentration, Menge und Dauer der Einwirkung)
- Erbrechen **nicht** herbeiführen
- Gegebenenfalls Giftreste sichern
- Ärztliche Behandlung veranlassen

Haut

- Verunreinigte Kleidung, auch Unterwäsche und Schuhe, sofort ausziehen
- Haut mit viel Wasser spülen
- Wunden keimfrei bedecken

Verschlucken

- Sofortiges kräftiges Ausspülen des Mundes

Atmungsorgane

Bei Gefahr durch giftige Stoffe sind spezielle Erste-Hilfe-Maßnahmen durch den Betriebsarzt bzw. Betriebsärztin festzulegen, z.B. Sauerstoff, Antidote, und die Ersthelfer und Ersthelferinnen entsprechend zu schulen*.

* Hinweise zur Toxikologie und zur Ersten Hilfe in Sicherheitsdatenblättern, den Stoffmerkblättern der Berufsgenossenschaft Rohstoffe und chemische Industrie und Stoffdatenbanken (z.B. www.gischem.de, www.dguv.de, WebCode d11892) sind ggf. zusätzlich zu beachten.

13 Unfälle durch elektrischen Strom

Bei jedem Stromunfall muss mit Kreislaufstillstand gerechnet werden.

Allgemeine Maßnahmen

- Auf Selbstschutz achten
- In jedem Fall zunächst für Stromunterbrechung sorgen

Niederspannung

(üblich im Haushalt und Gewerbe bis maximal 1 000 Volt):

- Stecker ziehen
- Ausschalten
- Sicherung/Sicherungsautomat betätigen

Hochspannung

(durch Warnschild mit Blitzpfeil gekennzeichnete Anlagen über 1 000 Volt):



Hochspannung

- **Abstand halten** (5 m Abstand) und **sofort Notruf „Elektronfall“** veranlassen
- Fachpersonal herbeirufen (zwecks Ausschalten)
- Rettung aus Hochspannungsanlagen nur durch Fachpersonal!
- Hilfeleistung erst nach Eingreifen von Fachpersonal

Maßnahmen an verunfallter Person

- Bei jedem Elektronunfall ständige Kontrolle von Bewusstsein und Atmung (Kreislauf)
- Versorgung des verletzten Person je nach Zustand (Verbrennung)
- Ärztliche Behandlung veranlassen

14 Dokumentation von Erste-Hilfe-Leistungen

Die Aufzeichnungen sind mindestens 5 Jahre lang aufzubewahren und müssen mindestens nachfolgende Angaben enthalten :

Angaben zum Hergang des Unfalls bzw. des Gesundheitsschadens
Name der verletzten bzw. erkrankten Person
Datum/Uhrzeit
Ort/ Unternehmensteil
Hergang
Art und Umfang der Verletzung/Erkrankung
Name der Zeugen

Erste-Hilfe-Leistung
Datum/Uhrzeit
Art und Weise der Erste-Hilfe-Maßnahmen
Name des Ersthelfers/der Ersthelferin



Erste Hilfe



Auffinden einer Person

Grundsätze

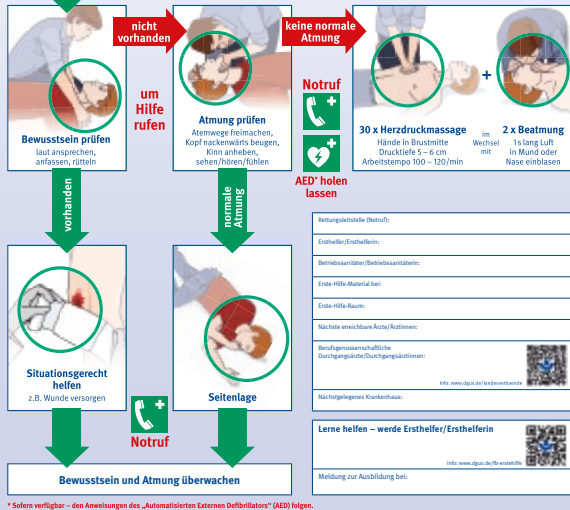
Ruhe bewahren
Unfallstelle sichern
Eigene Sicherheit beachten



Person ggf. aus dem Gefahrenbereich retten

Notruf

Wo ist der Notfall?
Warten auf Fragen, zum Beispiel:
Was ist geschehen?
Wie viele Verletzte/Erkrankte?
Welche Verletzungen/Erkrankungen?



Belegungsliste (Notruf):
Ersthelfer/ErsthelferIn:
Berufswissenschaftler/Berufswissenschaftlerin:
Erste-Hilfe-Material bei:
Erste-Hilfe-Raum:
Nächste erreichbare Arzt-/Krankenhaus:
Berufswissenschaftliche Durchgangskarte/Durchgangskartennummer:
FFU: www.dguv.de/berufswissenschaft
Nächstgelegenes Krankenhaus:
Lerne helfen – werde Ersthelfer/Ersthelferin
Info: www.dguv.de/berufswissenschaft
Meldung zur Ausbildung bei:

* Sofern verfügbar – den Anweisungen des „Automatisierten Externen Defibrillators“ (AED) folgen.
© DGVU Information 204-003 „Erste Hilfe“, Ausgabe August 2017 • Herausgeber: Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV), Gölbbstraße 40, 10117 Berlin, www.dguv.de

Wenn das herausnehmbare Plakat „Erste Hilfe“ (DGUV Information 204-003) fehlt, dann können Sie es bei Ihrem zuständigen Unfallversicherungsträger oder unter www.dguv.de/publikationen bestellen.

Überreicht durch: VBG – Ihre gesetzliche Unfallversicherung

Massaquoipassage 1
22305 Hamburg
www.vbg.de

VBG-Artikelnummer: 38-05-1505-7
Druck: 2019-06 / Auflage 10.000

VBG – Ihre gesetzliche Unfallversicherung

Die VBG ist eine gesetzliche Unfallversicherung und versichert bundesweit über 1,1 Millionen Unternehmen aus mehr als 100 Branchen – vom Architekturbüro bis zum Zeitarbeitsunternehmen. Der Auftrag der VBG teilt sich in zwei Kernaufgaben: Die erste ist die Prävention von Arbeitsunfällen, Berufskrankheiten und arbeitsbedingten Gesundheitsgefahren. Die zweite Aufgabe ist das schnelle und kompetente Handeln im Schadensfall, um die Genesung der Versicherten optimal zu unterstützen. Knapp 490.000 Unfälle oder Berufskrankheiten registriert die VBG pro Jahr und betreut die Versicherten mit dem Ziel, dass die Teilhabe am Arbeitsleben und am Leben in der Gemeinschaft wieder möglich ist. 2.400 VBG-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter kümmern sich an elf Standorten in Deutschland um die Anliegen ihrer Kunden. Hinzu kommen sechs Akademien, in denen die VBG-Seminare für Arbeitssicherheit und Gesundheitsschutz stattfinden.

**Herausgeber dieser Schrift ist die
Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V. (DGUV)**