

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -



- Basis Wissen Erste Hilfe
- Wiederbelebung
- Unfälle auf See
- Unterkühlung
- Schnittverletzung

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## Basiswissen

- einen Notfallpatienten strukturiert untersuchen
- Lebensbedrohliche Situationen erkennen
- Notwendige Maßnahmen ergreifen und koordinieren

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

- Ein Notfall ist eine Ausnahmesituation
- Entscheidungen sind notwendig, diese sind ausschlaggebend für den Verlauf der Notfallversorgung, Zeit ist ein entscheidender Faktor
- Ein roter Faden gibt Sicherheit und hilft Problemen vorzubeugen

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## Grundlagen

- ABCDE Schema
- Vollständige Erstuntersuchung, regelmäßige Reevaluation der Situation
- Lebensbedrohliche Situationen Probleme beheben bevor es zum nächsten Schritt weitergeht
- Welche Wirkung hat die getroffene Maßnahme
- Erkenne wenn Hilfe benötigt wird, rechtzeitig alarmieren
- Nutzen aller Teammitglieder und Ressourcen
- Kommunikation!
- Ziel der Notfallversorgung den Patienten zu stabilisieren, Zeit gewinnen, ggfs Therapien einleiten, ggfs Zeit nutzen um Dauer bis zum Eintreffen der „Profis“ optimal zu nutzen

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## ABCDE Schema

- Safety, Stimulate, Shout for help
  - Sicherheit, Bewusstseinskontrolle, Hilferuf
  
- Airway
  - Atemwege
- Breathing
  - Atmung
- Circulation
  - Kreislauf
- Disability
  - neurologische Defizite
- Exposure
  - weitere Untersuchung

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

- Safety
  - Umgebungsinspektion, Eigenschutz
- Stimulate
  - Lautes, deutliches Ansprechen, Körperkontakt
- Shout for help
  - Aufmerksam machen, um Hilfe rufen

• Ist der Patient bewusstlos und atmet nicht normal

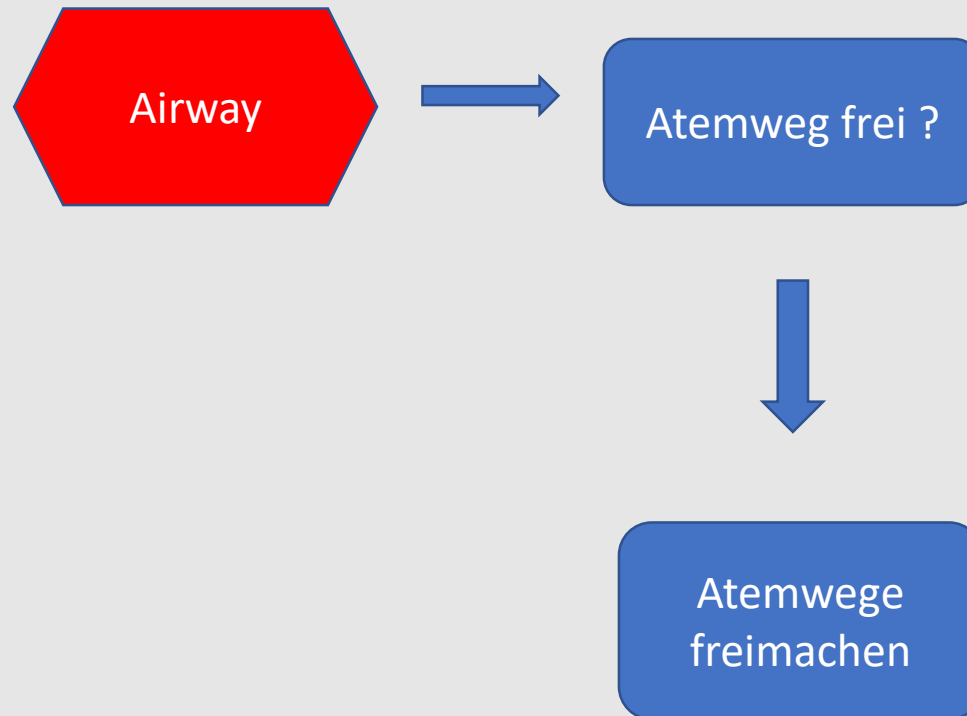


Unmittelbarer  
beginn der  
cardiopulmonalen  
Reanimation

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## A – ATEMWEG



# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## B - Atmung

Keine Atmung - Unmittelbarer Beginn der cardiopulmonalen Reanimation

Breathing



Atmet der Patient? (hören, sehen, fühlen – 10 sec)  
Atemfrequenz (normal 12-20/min) und – tiefe  
Atemgeräusch, Atemarbeit, Thoraxbewegung  
Hautkolorit  
(Sauerstoffsättigung?)

Sauerstoff  
Beatmung





# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## C- Kreislauf

Circulation



- Farbe, Temperatur Extremitäten
- Rekapilarisierungszeit (5sec drücken, dann zählen < 2sec ok)
- Blutungszeichen?
- Puls (Frequenz, Rhythmus, kräftig/schwach)

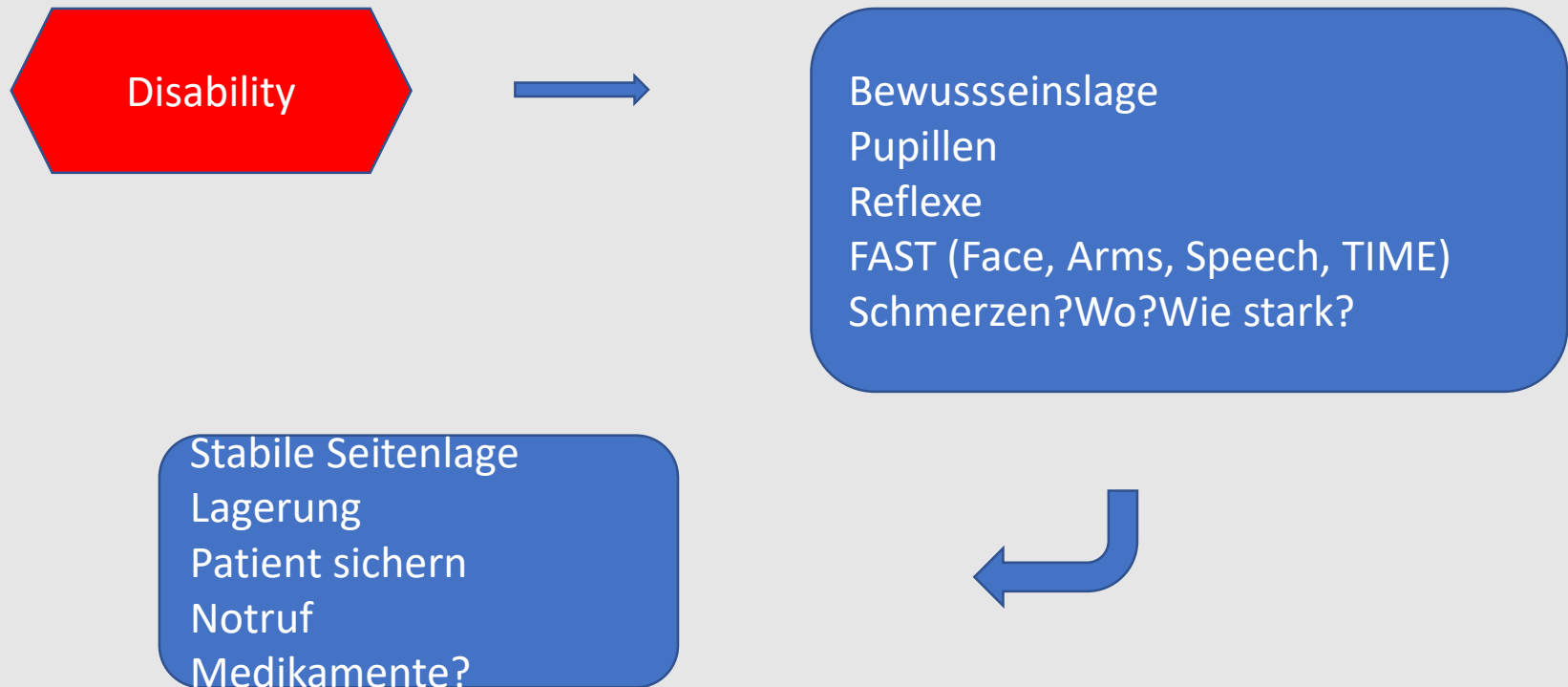
Lagerung  
Blutung stoppen  
Reanimation



# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## D – neurologische Defizite



# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## Bewusstseinslage

- Bei eingeschränkter Bewusstseinslage aber erhaltener Atmung ist der Patient in die stabile Seitenlage zu bringen
- Bewusstsein:
  - von sich aus wach
  - Reaktion auf Ansprache
  - Reaktion auf Schmerzreiz
  - Keine Reaktion auf äußere Reize

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

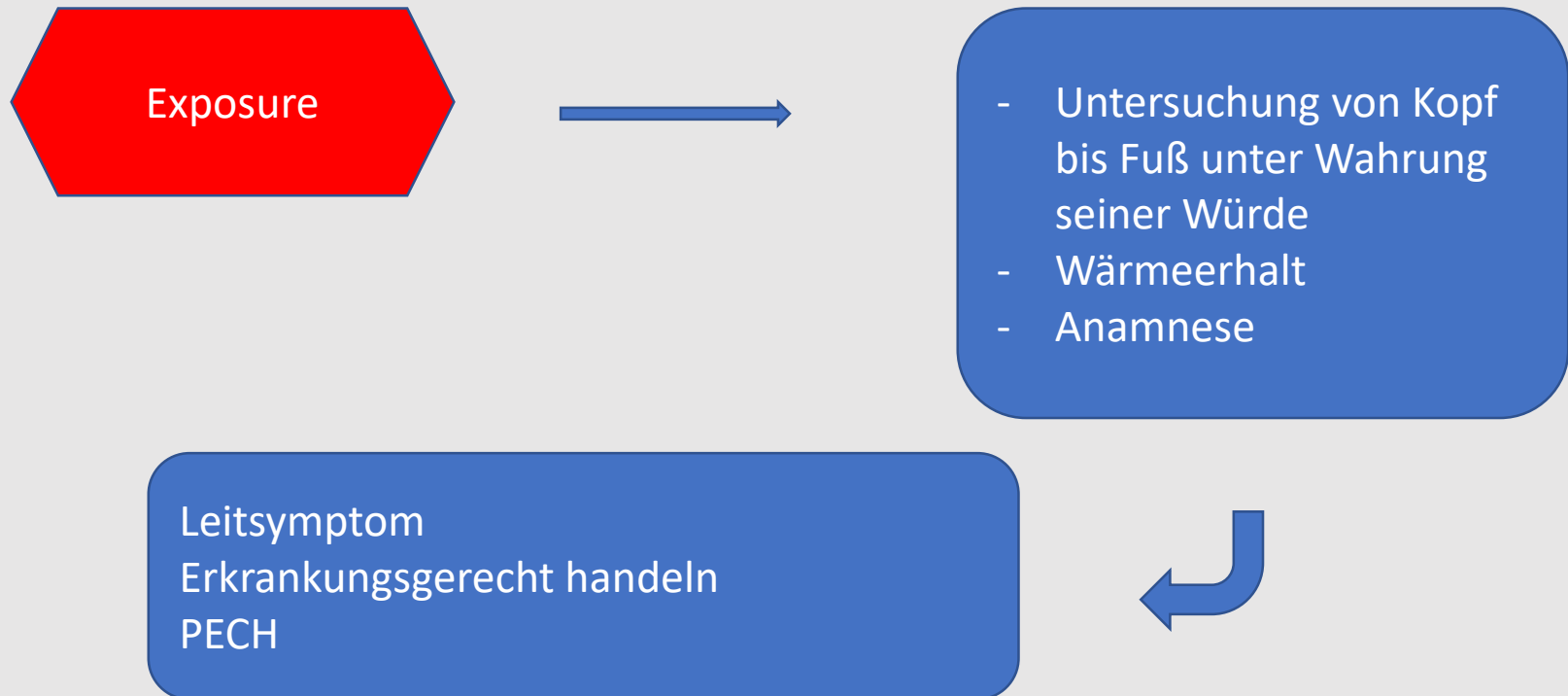
## Stabile Seitenlage



# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

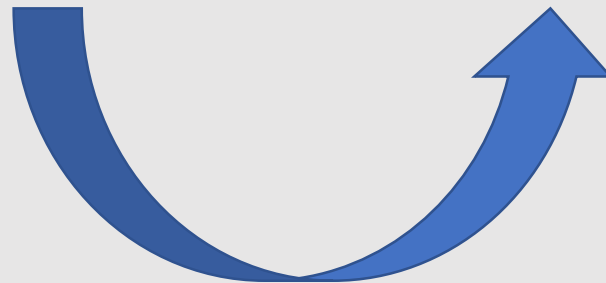
## E - Weitere Untersuchung



# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

- Hat mein Handeln etwas verändert
  - Besser
  - Schlechter
- Reevaluation ABCDE
- Ggfs Wechsel in den Basic-Life-Support
- Ggfs sofortige Therapie des Befundes



# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## Zusammenfassung

- Gehe in jedem Notfall nach dem ABCDE Schema vor!
- Behandel zuerst, was am stärksten schadet
  - Treat first – what kills first
- Kommuniziere klar und deutlich
- Erkenne Grenzen und rufe frühzeitig um Hilfe
- Reevaluiere die Situation regelmäßig

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## Basic life support

- Herz-Kreislaufstillstand = gesellschaftliches Problem
- Ca 200 Reanimationen / Tag
- Wesentliches Element ist,  
dass gut und ausreichend reanimiert wird



# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## Rettungskette

- Früherkennung und Notruf - zur Verhinderung eines Kreislaufstillstandes
- Frühzeitige HLW - um Zeit zu gewinnen
- Frühdefibrillation – zum Neustart spontaner Herzaktionen
- Postreanimatinobehandlung- zur Erhaltung der Lebensqualität

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

- In Sicherheit nähern - Eigenschutz
- Bewusstseinskontrolle – ansprechen, anfassen
- Hilfe rufen
- Atemwege freimachen – Kinn überstrecken
- Atmung prüfen – hören, sehen, fühlen, cave Schnappatmung=spärliche,  
geräuschvolle Atmung Zeichen Herzstillstand
- Notruf 112
- 30 Kompressionen
- 2 Beatmungen

- Handballen einer Hand auf die Mitte

gen

drücken

. 6 cm)

Kontakt zu

en

Schnell, fest und ohne  
Pausen Drücken

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -



- Befreien der Atemwege durch:
- Überstrecken des Kopfes
- Anheben des Unterkiefers
- Nase zukneifen
- Selbst normal einatmen
- Ihre Lippen dicht über den Mund
- des Opfers legen
- Einblasen bis sich der Brustkorb hebt
- ungefähr 1 Sekunde
- den Brustkorb des Opfers sich
- wieder senken lassen
- Beatmung wiederholen



# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## Unfälle auf See

- Prellung, Stauchung, Fraktur
  - PECH
    - P ause
    - E is
    - C ompression
    - H ochlagerung
- Kopfverletzungen
  - SchädelHirnTrauma
  - Kopfplatzwunde
- Rettungsgriff

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

## Unterkühlung

- Frösteln, zittern, Atmung und Kreislauf gesteigert, Betroffener ist erregt
- Teilnahmslos, schläfrig
- Verlangsamte Atmung, kein zittern, kein schmerzempfinden, Muskelstarre
- Atem Kreislauf Stillstand

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

- Prüfen ABCDE
- Bewusstsein erhalten
  - Kleidung entfernen
  - Warmer Ort, windstill
  - Trockene Kleidung, Decken, Körperwärme
  - Warme Getränke – kein Alkohol
  - Kein heißes Bad, keine wärmenden Massagen



# Schnittverletzung, Wundversorgung

- Schwach blutende Wunde,
  - Ggfs kurz bluten lassen
  - Keine Salben, Puder,...
  - Verschmutzungen durch spülen mit Wasser reinigen
  - Wundschnellverband abdecken
  - Steristrips
  - Schürfwunden
- Mittelstark blutende Wunde
  - Keine Salben...
  - Verschmutzung,...
  - Wundauflage+Verband
  - Steristrips

# World Sailing Sicherheitstraining

- Erste Hilfe -

- **Stark blutende Wunde**
  - Versuch der Blutstillung
  - Abdrücken
  - Hochlagern
  - Druckverband
  - Chirurgische Versorgung
- Infektionsgefahr, tgl. Wundkontrolle, Jodsalbe
- **Fremdkörperverletzung**
  - „Donut- Verband“
  - Chirurgische Versorgung
- **Brandwunde**
  - Verhindern
  - Kühlung!!
  - Flammazine, Verband



**ENDE**



FRAGEN ???

