

## Erste Hilfe für die Klassen 3 und 4

An jeder Schule und meist auch zu Hause kommt es fast täglich zu Unfällen. Oft sind es nur kleinere Verletzungen, die keinen Arztbesuch erfordern, die aber trotzdem versorgt werden müssen. Erste Hilfe muss gelernt und immer wieder geübt werden, damit man bei einem Notfall richtig handeln kann. Schon Grundschüler können lernen, verletzten Personen zu helfen. Manche Maßnahmen der Ersten Hilfe überfordern Kinder in diesem Alter noch, manche sind aber bereits für sie möglich. An den hier zusammengestellten Stationen lernen Grundschüler einfache Maßnahmen der Ersten Hilfe, die sie in der Schule und zu Hause anwenden können. Das komplette Materialpaket wurde liebevoll bebildert von Uli Römer.

### Das Materialpaket umfasst:

- 11 Kopiervorlagen für die Erstellung eines Erste-Hilfe-Buchs mit 22 Seiten für die Hand der Kinder.
- 16 Stationen zum handlungsorientierten Training einfacher Maßnahmen zur ersten Hilfe bei Notfällen. Zu jeder Station gehören Stationsschilder, Lesetexte mit Notfallsituationen, Auftragskarten und Materialien zur Versorgung der Wunden. Für die Hand der Kinder gibt es einen Laufzettel.
- diverses Zusatzmaterial (Stationsschilder, Schilder zu Verbandsmaterialien, Telefone zum Laminieren für die Rollenspiele, ein Arbeitsblatt zum Sammeln der wichtigsten Notrufnummern, Schilder für die fünf Fragen im Notfall, ein Arbeitsblatt zum Ausfüllen für einen Erste Hilfe Check an Ihrer Schule, Erläuterungen und Hintergrundinfos zur Unterrichtsreihe.)

Das Material ist so ausgelegt, dass die Kinder zu Beginn der Unterrichtsreihe im Klassenverband das Erste-Hilfe-Buch erstellen und erst im Anschluss an die gemeinsame Erarbeitung unterschiedlicher Notfallsituationen die Stationen zur Übung und Festigung ihrer neu gewonnenen Kompetenzen durchlaufen.

Die Stationen korrespondieren mit den Inhalten des Erste-Hilfe-Buchs, welches die Kinder an den Stationen als Nachschlagewerk benutzen dürfen. An allen Stationen werden die Notfälle gespielt und imaginäre Wunden mit echten Materialien praktisch versorgt. Damit haben die Stationen einen sehr hohen Aufforderungscharakter und werden freudig frequentiert. Nur wenn die Erste-Hilfe-Maßnahmen vertieft geübt werden, können sie im Notfall auch angewendet werden.

Das Stationenlernen umfasst die Themen:

1. Notruf  
Notruf absetzen
2. Wunde am Knie  
Rahmenverband anlegen mit Heftpflastern und Mullkompressen
3. Wunde am Finger  
Fingerkuppenverband anlegen mit Wundschnellverband („Pflaster“)
4. Wunde an der Hand  
Rahmenverband anlegen
5. Wunde am Kopf  
Kopfwunde versorgen mit einem Dreieckstuch

6. Insektenstich  
Notruf absetzen, Hals von innen und außen kühlen
7. Nasenbluten  
Nacken kühlen
8. Bewusstlosigkeit  
Notruf absetzen, stabile Seitenlage einrichten
9. Rettungswagen  
Teile des Rettungswagens bestimmen
10. Beulen und Brüche  
Kühlen und Wunde versorgen
11. Bisswunde  
Wunde versorgen
12. Verbrennungen durch Wasser  
kühlen
13. Verbrennungen durch die Sonne  
kühlen
14. Unterkühlung  
Notruf absetzen
15. Vergiftung  
Notruf absetzen
16. Schock  
Schocklage einrichten, Notruf absetzen

### **Organisatorisches:**

Die Verbandmittel für die Bestückung der Stationen kann man über eine örtliche Hilfsorganisation (z. B. Malteser Hilfsdienst oder Rotes Kreuz) günstig erwerben. Dieses Übungsmaterial (Wundschnellverband, Mullkompressen, eine elastische Binde, ein Verbandpäckchen und ein Paar Einweghandschuhe) ist in kleine Papiertüten eingepackt, in denen man das Material gut aufbewahren kann. Die Plastikhandschuhe haben allerdings die Größe XL, so dass kleine Einweghandschuhe beschafft werden sollten. Heftpflaster und ein Dreieckstuch müssten zusätzlich besorgt werden. Während der Unterrichtseinheit können die Kinder das Material mehrmals zum Üben verwenden, damit der Verbrauch nicht zu hoch ist. Heftpflaster und Wundschnellverband („Pflaster“) sollte in großer Menge zusätzlich bereitgestellt werden, da es Verbrauchsmaterial ist.

Es lohnt sich ein Anruf bei diversen Hilfsorganisationen. Diese sind oftmals auch bereit, mit einem Rettungswagen zur Schule zu kommen, diesen vorzustellen und die vielen Fragen der Kinder zu beantworten.

## **Insektenstich**

Stiche von Insekten sind sehr schmerzhaft und verursachen Schwellungen und Rötungen um die Einstichstelle herum. Bei Insektenstichen in die Haut wird die Einstichstelle und deren Umgebung gekühlt.

Besonders gefährlich sind Stiche in den Mund- und Rachenraum. Es besteht Lebensgefahr, denn durch das Insektengift kommt es zur Anschwellung der Schleimhäute oder der Zunge. Die Atemwege werden eingeengt. Der oder die Betroffene bekommt keine Luft und kann ersticken. Deshalb muss sofort der Rettungsdienst alarmiert werden. Bis zu dessen Eintreffen kann das Kühlen lebensrettende Hilfe bringen. Der Hals wird von innen durch Lutschen von Speiseeis und Eiswürfeln oder durch kühle Getränke gekühlt. Von außen kann der Hals durch einen kalten Umschlag oder ein Kältekissen gekühlt werden. Besonders wichtig ist hier die psychische Betreuung. Der oder die Betroffene hat Angst zu ersticken. Durch die innere Erregung und Angst schwellen die Schleimhäute schneller zu. Durch die Aufregung erhöht sich die Herzfrequenz, der Blutdruck und die Durchblutung der Gefäße steigen. Der oder die Betroffene muss unbedingt beruhigt werden.

## **Beulen und Brüche**

Beulen entstehen durch eine Gewalteinwirkung auf die Haut. Diese schwillt an, wird schmerzhaft und es bildet sich ein Bluterguss. Das gequetschte Körperteil sollte so schnell wie möglich gekühlt und hoch gelagert werden.

Bei Knochenbrüchen hat der oder die Betroffene starke Schmerzen. Brüche werden in offene und geschlossene Brüche unterschieden. Bei einem offenen Bruch befindet sich im oder auch unter- oder oberhalb des Bruchbereiches eine offene Wunde. Es besteht eine große Infektionsgefahr. Daher werden offene Brüche zuerst mit einem Wundverband versorgt. Bei beiden Brucharten wird dann der Bruchbereich ruhig gestellt und anschließend vorsichtig gekühlt. Die gebrochene Stelle sollte nicht mehr bewegt werden.

## **Thermische Verletzungen**

Verbrennungen entstehen durch eine Hitzeeinwirkung auf den Körper, z. B. durch Sonne und heiße Gegenstände. Es gibt verschiedene Stadien von Verbrennungen, und je nach Stärkegrad variiert die Behandlung. Verbrannte Haut muss so lange unter fließendem Wasser gekühlt werden, bis der Schmerz nachlässt. Entstandene

Brandblasen dürfen nicht aufgestochen werden<sup>5</sup>. Zum Schutz sollte ein Verband angelegt werden. Bei größeren Verbrennungen muss der Rettungsdienst oder ein Arzt gerufen werden.

„Unterkühlungen gehören zu den Kälteschäden, die bei Kindern häufiger zu einer Bedrohung der Vitalfunktionen führen können. Eine Unterkühlung entsteht, wenn die Wärmeabgabe des Körpers über einen längeren Zeitraum höher ist als die Wärmeproduktion“<sup>6</sup>. Vor allem der Sturz in kaltes Wasser oder ein zu langer Aufenthalt in kalter Umgebung können zu Unterkühlungen führen. Auch Verletzte können unterkühlen, vor allem wenn sie unter Schock stehen. Die zu leistende Erste Hilfe hängt von dem Stadium der Unterkühlung ab. Beim ersten Unterkühlungsstadium versucht sich der Körper gegen die Kälte zu wehren, indem er mehr Wärme produziert und die Wärmeabgabe reduziert. Hier bringt man den oder die Betroffene möglichst an einen warmen Ort und wärmt ihn oder sie langsam mit einer Decke und warmen Getränken auf. Bei jeder schlimmeren Unterkühlung muss unverzüglich der Rettungsdienst gerufen werden.

### **Vergiftungen**

Immer wieder vergiften sich Kinder, vor allem an Putz- und Reinigungsmitteln, Medikamenten und giftigen Pflanzen. Giftstoffe können im menschlichen Körper schwere gesundheitliche Störungen verursachen<sup>7</sup> und deshalb ist eine rasche Hilfe notwendig. Erste Anzeichen für eine Vergiftung können Bauchschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Schweißausbrüche und Krämpfe sein. Generell ist eine Vergiftung jedoch schwer zu erkennen, denn die beschriebenen Anzeichen könnten auch Merkmale z. B. einer Grippe sein. Wenn der Verdacht einer Vergiftung besteht, z. B. durch herumliegende Putzmittelflaschen, ist sofort der Rettungsdienst und anschließend die Giftnotrufzentrale zu informieren. Erbrechen sollte nicht ohne Rücksprache mit dem Arzt herbeigeführt werden, der Betroffene darf nichts essen oder trinken, insbesondere keine Milch<sup>8</sup>.

### **Psychische Betreuung**

Bei einem Notfall ist nicht nur die medizinische Behandlung wichtig, sondern auch die psychische Betreuung des oder der Verletzten ist ein fester Bestandteil der

---

<sup>5</sup> Vgl. ebd. S. 120

<sup>6</sup> Deutsches Rotes Kreuz (Hrsg.), 1999, S. 74

<sup>7</sup> Vgl. Keggendorf, Franz, 2001a, S. 130

<sup>8</sup> Vgl. ebd. S. 132



NIEKAO

## Mein Erste-Hilfe-Buch

Name: \_\_\_\_\_



NIEKAO

## Inhalt

1. Notruf
2. Wunde am Knie
3. Wunde am Finger
4. Wunde an der Hand
5. Wunde am Kopf
6. Insektenstich
7. Nasenbluten
8. Bewusstlosigkeit
9. Der Rettungswagen
10. Beulen und Brüche
11. Bisswunden
12. Verbrennungen durch Wasser
13. Verbrennungen durch die Sonne
14. Unterkühlung
15. Vergiftungen
16. Schock
17. Instrumente im Rettungswagen





## 7. Nasenbluten

NIE/KAO

### 7. Nasenbluten

So kannst du einem Kind mit Nasenbluten helfen:

1. Kopf nach **vorne** beugen!
2. Blut aus der Nase laufen lassen!
3. Einen **Kühlakku** in ein Handtuch wickeln und in den **Nacken** legen.
4. Wenn die Nase sehr stark blutet und die Blutung nicht aufhört, rufst du am besten sofort einen Arzt.



## 8. Bewusstlosigkeit

NIE/KAO

### 8. Bewusstlosigkeit

Wenn ein Unfall passiert oder jemand krank ist, kann es passieren, dass die betroffene Person bewusstlos wird.

**Bewusstlosigkeit** erkennst du daran, dass die Person nicht auf dich reagiert.

Du kannst nicht mit ihr sprechen.

Du kannst so helfen:

1. Setze sofort einen **Notruf** ab!
2. Bringe die Person in die **stabile Seitenlage**!





## Station 5

NIE!KAO

# Wunde am Kopf





Tipp - Karte

8

## Stabile Seitenlage



Setze dich neben das Kind!

Hebe die Hose des Kindes an der Hüfte hoch und schiebe den Arm des Kindes gerade unter seinen Körper.



Nun winkelst du das Bein des Kindes vor dir an. Dazu fasst du in die Kniekehle und stellst das Bein auf.

Der Fuß muss auf dem Boden stehen.