

# Notfälle im Kindesalter

Prävention und Erste Hilfe



Eine Zusammen-  
arbeit von AOK PLUS  
und ASB

# AOK-Service für die ganze Familie

Die AOK PLUS versteht sich als Krankenversicherung für die ganze Familie. Dass die Kinder gesund aufwachsen liegt uns als Gesundheitskasse besonders am Herzen. Wir haben deshalb Service- und Gesundheitsangebote speziell für junge Familien entwickelt. Diese Broschüre ist ein Beispiel dafür.

Zu den AOK PLUS-Angeboten erfahren Sie mehr im Internet unter [www.aokplus.de](http://www.aokplus.de) oder in allen AOK PLUS-Filialen.



**Kinderarzt Dr. med. Georg Heubner**  
(Chefarzt der Weißeritztal-Kliniken  
GmbH, Freital)

Notfälle im Kindesalter sind zumeist eine besondere Herausforderung. Je kleiner die Kinder sind, desto mehr unterscheiden sich Symptome und Behandlungsmöglichkeiten von denen Erwachsener. Die Situation wird häufig von allen Beteiligten als dramatisch erlebt. Kinderspezifische Kenntnisse und Erfahrungen sind dann gefragt. Eine zügige und rationale Einschätzung von Situation und Symptomen schon innerhalb der Familie ist wichtig, um einerseits unnötige Aufregung zu vermeiden, andererseits aber um schwierige Situationen erkennen zu können. Dann können möglicherweise auch schon erste Hilfsmaßnahmen bis zur Vorstellung beim Kinderarzt bzw. Notarzt getroffen werden. Eine Aufklärung der Familien über mögliche kindliche Notfallsituationen ist deshalb als ausgesprochen sinnvoll zu bewerten.

## Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	4
1. Nehmen Sie sich eine Stunde Zeit! .....	6
Checkliste: Sicherheit für Kinder .....	8
2. Grundsätzliches Verhalten im Notfall .....	12
3. Häufige Notfälle bei Kindern .....	14
3.1. Verbrühungen/Verbrennungen .....	14
3.2. Fremdkörper in Mund- und Rachenraum .....	16
3.3. Vergiftungen .....	17
3.4. Starke Blutungen .....	19
3.5. Fieberkrämpfe .....	20
3.6. Insektenstiche .....	22
3.7. Hinweise zu lebensbedrohlichen Situationen .....	23
3.7.1. Schock .....	23
3.7.2. Bewusstlosigkeit .....	26
3.7.3. Reanimation .....	26
4. Erste Hilfe muss man lernen .....	26
Wichtige Kontakte .....	28
Notizen .....	29

# Vorwort



Notfälle im Säuglings- und Kindesalter stellen für Eltern eine besondere Belastung und Herausforderung dar. Einerseits berührt uns das kindliche Leiden in besonderem Maße, die Motivation der anwesenden Erwachsenen ist nirgendwo so groß wie bei verunfallten und erkrankten Kindern. Andererseits entstehen verständlicherweise schnell Unsicherheiten und Ängste, aufgrund der Besonderheiten des kindlichen Körpers etwas falsch zu machen.

Kinder sind keine »kleinen Erwachsenen«. Daher unterscheiden sich viele Notfall-Maßnahmen von denen bei Erwachsenen. Dennoch sind auch diese, wie alle anderen Erste-Hilfe-Maßnahmen, leicht zu erlernen.

Diese Broschüre entstand im Rahmen einer Kooperation der AOK PLUS mit dem Arbeiter-Samariter-Bund mit dem Ziel, Ihnen bei der Vermeidung von Unfällen und Erkrankungen bei Kindern zu helfen.

Zwei Drittel aller Unfälle bei Vorschulkindern ereignen sich übrigens zu Hause und nur sieben Prozent im Straßenverkehr (Quelle: Kinderärztliche Praxis 2/2002). Aus diesem Grund ist es besonders wichtig, dass Sie sich in Ihrer häuslichen Umgebung nach Gefahrenquellen umsehen und entsprechend darauf reagieren. Darüber hinaus wollen wir Ihnen einige wesentliche Elemente der Ersten Hilfe bei Kindern nahebringen, in der Hoffnung, Ihnen das notwendige Selbstvertrauen und die Sicherheit zu geben, damit sie im Notfall beherzt und kompetent eingreifen können.

Leider ist keine Broschüre in der Lage, eine unter fachkundiger Anleitung durchgeführte Ausbildung zu ersetzen, insbesondere wenn es um Erste-Hilfe-Maßnahmen geht, die praktisch erlernt werden müssen. Die AOK PLUS wird deswegen in Zusammenarbeit mit dem ASB für ihre Versicherten ein kostenloses Einführungsseminar zur Prävention und Ersten Hilfe bei Kindernotfällen anbieten.

# 1. Nehmen Sie sich eine Stunde Zeit!



Besser als jede Erste Hilfe ist, einen Notfall zu vermeiden. Nehmen Sie sich eine Stunde Zeit und sehen Sie sich das Umfeld Ihrer Kinder an. Sie werden staunen, wie unfallträchtig Ihr Zuhause sein kann.

Nehmen Sie beiliegende Checkliste und begeben Sie sich in den Lebensraum Ihrer Kinder. Setzen oder knien Sie sich auf den Boden, versuchen Sie sich die Welt aus Sicht der Kinder anzusehen. Schauen Sie sich z. B. Ihre Küche aus dieser Perspektive an. Die Küche ist einer der gefährlichsten Orte in der Wohnung. Kommt Ihr Kind leicht mit der Hand an die Töpfe auf dem Herd, steht die Kaffeemaschine oder der Heißwasserbereiter zu dicht an der Tischkante?

Schauen Sie mal in den Schrank unter Ihrer Spüle. Befinden sich dort Reinigungsmittel oder die »Tabs« für die Spülmaschine? Denken Sie auch an Ihren Mülleimer: Viele Verpackungen sind noch nicht völlig entleert!

Leider können Sie sich nicht darauf verlassen, dass Kinder unangenehm schmeckende Dinge gleich wieder ausspucken. Unglücklicherweise schmecken viele schädliche und giftige Substanzen nicht schlecht. Viele Putz- und Reinigungsmittel sind bunt und schön verpackt, sodass sie für Kinder äußerst interessant wirken.

Verlassen Sie sich nicht auf Kindersicherungen, z. B. bei Medikamenten. Schließen Sie diese weg. Das gilt umso mehr, wenn Sie selbst regelmäßig Medikamente einnehmen müssen.

Haben Sie gern Gäste? Wird es manchmal so spät, dass Sie sich entscheiden, erst am nächsten Tag aufzuräumen? Dann schließen Sie den

Raum, in dem gefeiert wurde, ab. Schon wenige Zigarettenreste können zu lebensbedrohlichen Zuständen bei Kleinkindern führen. Alkoholreste in Gläsern und Flaschen führen zu massiven Vergiftungserscheinungen bei Kleinkindern. Ist Ihr Barfach eigentlich abgeschlossen?

Bitte zeigen Sie Verantwortungsbewusstsein, wenn Sie mit Kindern im Auto oder auf dem Fahrrad unterwegs sind. Kinder gehören immer in Kindersitze, die der jeweiligen Größe entsprechen (It. STVO).

Auf dem Fahrrad sollten Kinder Helme tragen und ebenfalls in einem geeigneten Kindersitz mitgenommen werden. Nehmen Sie Kinder beim Familienausflug mit dem Fahrrad in die Mitte.

Bitte bedenken Sie auch, dass Kinder zunächst kein Gefahrenbewusstsein haben. Deswegen müssen wir Erwachsenen für unsere Kinder mitdenken und offensichtliche Gefahrenquellen ausschalten. Da sich dieses Bewusstsein entwicklungsbedingt nur allmählich ausbildet, sind unsere Kinder auf ständige erklärende Gespräche angewiesen, um Gefahren in Zukunft selbst zu erkennen und durch umsichtiges Verhalten zu vermeiden.

Allerdings dürfen Eltern nicht überängstlich sein. Die Kinder haben ein Recht, eigene Erfahrungen zu machen, ihre Fähigkeiten auszuprobieren und ihre Grenzen kennenzulernen. Überbehütete Kinder und mit ständigen Verboten belegte Kinder neigen dazu, das Verbotene heimlich zu tun. Haben Sie den täglichen Lebensraum Ihrer Kinder gesichert, brauchen Sie Ihr Kind nicht jede Minute zu beaufsichtigen. Verlässt Ihr Kind jedoch diesen geschützten Bereich und geht auf Entdeckungsreise, dann ist die Aufmerksamkeit und der Schutz durch die Eltern von größter Bedeutung.

# Checkliste: Sicherheit für Kinder

## 1. Haus und Wohnung

- Reinigungs- und Desinfektionsmittel für Kinderhände unerreichbar aufbewahren
- Absturzsicherungen bei Treppen
- Schutz für Töpfe und Pfannen, damit Kinder diese nicht vom Herd ziehen können
- Keine Zigaretten und keinen Alkohol im Zugriffsbereich der Kinder
- Medikamente immer in einem verschlossenen Arzneimittelschrank aufbewahren
- Ecken und Kanten, insbesondere im Kinderzimmer, entschärfen; achten Sie bei Möbeln auf entsprechende Prüfzertifikate, z. B. durch den TÜV
- Wenn Sie Möbel, z. B. Hochbetten, selbst bauen, an die notwendigen Sicherungen denken
- Steckdosen mit entsprechenden Schutzvorrichtungen sichern
- Kosmetika unzugänglich aufbewahren
- Hobbywerkstatt verschlossen halten
- Giftige Flüssigkeiten nie in Getränkeflaschen füllen
- Süßigkeiten und Spielzeuge sollten für das Alter Ihres Kindes geeignet sein
- Elektrische Geräte sichern
- Fenster, Regale und Balkontüren sichern
- Kinder nie allein auf Balkonen lassen
- Messer und andere scharfe Gegenstände sicher wegschließen
- Manche Topfpflanzen, wie Oleander, sind sehr giftig
- Auf sichere Bekleidung achten, z. B. ohne Kordeln

- Streichhölzer und Feuerzeuge für Kinder unzugänglich aufbewahren, Kinder mit offenem Feuer, z. B. Kerzen oder Kaminfeuer, nie allein lassen
- Müll kindersicher aufbewahren

## 2. Garten

- Kleine Kinder nicht unbeaufsichtigt im Garten spielen lassen
- Gartenteich, Swimmingpool und Regentonnen sichern
- Lichtschächte und Gartengeräte sichern
- Auf geprüfte Sicherheit bei der Aufstellung von Spielgeräten, wie z. B. Schaukeln und Rutschen, achten
- Spielgeräte mindestens jährlich auf Rost- oder Holzschäden überprüfen
- In der Sandkiste nur Spielsand benutzen, die Sandkiste abdecken, wenn die Kinder nicht darin spielen
- Gartenspielflächen für Kinder mit ausreichend Schatten spendenden Bereichen versehen
- Keine giftigen Pflanzen im Garten anpflanzen und vorhandene Pflanzen überprüfen
- Regelmäßig die »Fahrzeuge« der Kinder, z. B. Dreirad oder Bobbycar, auf Sicherheitsmängel überprüfen
- Den Gartenausgang zur Straße hin absichern
- Den Grill nie unbeaufsichtigt lassen
- Kinder vor Sonneneinstrahlung schützen
- Getränke nur in verschließbaren Bechern oder mit Strohhalmen reichen

# Checkliste: Sicherheit für Kinder

## 3. Unterwegs mit Kindern

- Kinder nie allein im Fahrzeug zurücklassen
- Kinder (und sich selbst) immer anschnallen
- Nur zugelassene und für die Größe des Kindes vorgesehene Kindersitze und Rückhalteeinrichtungen in Ihrem Kraftfahrzeug (Vorschrift: STVO) benutzen
- Kindersicherung der hinteren Türen und Fenster aktivieren
- Keine Gegenstände auf der Hutablage des Fahrzeuges liegen lassen
- In Kombis das Gepäck durch Netze oder ähnliche Auffang-einrichtungen sichern
- Reisen Kleinkinder auf dem Beifahrersitz mit, Beifahrer-Airbag abschalten
- Kinder unter 12 Jahren und einer Körpergröße von 150 cm gehören auf die Rücksitzbank
- Für ausreichend Sonnenschutz sorgen
- Bei längeren Fahrten Getränke mitnehmen

## 4. Spielplätze

- Spielplätze genau anschauen, Verunreinigungen und Schäden der zuständigen Behörde melden
- Zivilcourage zeigen, wenn Spielplätze missbraucht werden, z. B. für Alkohol- oder Drogenkonsum
- Tier- bzw. Hundehalter ansprechen, wenn deren Tiere den Spielplatz verunreinigen

## 5. Umgang mit Tieren

- Keine Zutraulichkeiten zu fremden Tieren
- Tiere mit Jungen oder fressende Tiere nicht stören
- Kinderwagen im Freien mit einem Insektenschutznetz sichern

## 6. Kinder im Straßenverkehr

- Kinder ahmen nach. Lehren Sie den Kindern das richtige Verhalten im Straßenverkehr.
- Die öffentliche Verkehrserziehung so früh wie möglich nutzen.
- Bei Fahrrädern auf Verkehrssicherheit achten, auch wenn bei Mountainbikes Dynamo, Beleuchtungsanlage und Rückstrahler »uncool« sind.
- Bei sportlichen Aktivitäten die Schutzkleidung nicht vergessen (Helm, Knie- und Armschützer).

**»Die Gesundheit Ihres Kindes  
in besten Händen«**

## 2. Grundsätzliches Verhalten im Notfall



- Versuchen Sie, Ruhe zu bewahren! Wenn Sie selbst Aufregung und Angst überwinden, überträgt sich dies positiv auf das betroffene Kind.
- Vermeiden Sie unüberlegtes Handeln. Verschaffen Sie sich zuerst einen Überblick über das Ausmaß und die Auswirkungen der Notfallsituation.
- Prüfen Sie, welche weiteren Gefahren für das Kind, für Sie selbst und auch für Unbeteiligte drohen könnten.

### Die Rettungskette:

- Sofortmaßnahmen dulden keinen Aufschub. Hierzu zählt auch ein frühzeitiger Notruf.
- Bis zum Eintreffen des alarmierten Rettungsdienstes lindert weitere Erste Hilfe Schmerzen und verhindert Schlimmeres.
- Der Rettungsdienst stabilisiert die Situation und transportiert das Kind zur geeigneten Klinik.
- Im Krankenhaus erfolgt die ärztliche Versorgung bis zur Heilung.

**Bei den ersten zwei Gliedern der Rettungskette sind Sie unverzichtbar!**

### Beachten Sie bitte:

- Bei jeder Hilfeleistung sollten Sie als erstes dafür sorgen, dass Eigen- und Fremdgefährdung ausgeschlossen sind.
- Veranlassen Sie so früh wie möglich den Notruf, um die notwendige fachliche Hilfe anzufordern.

### ■ NOTRUF: 112

In Deutschland gilt der einheitliche **Notruf 112**. Sie erreichen so den Rettungsdienst und die Feuerwehr.

Der **Notruf 112** kann europaweit gewählt werden, auch wenn in einzelnen Staaten noch die dort bislang verwendete Rufnummer propagiert wird. Die Empfangsstellen sind verpflichtet, den Notruf weiterzuleiten.

Ein Mitarbeiter der Leitstelle wird Sie auffordern, auf die unten aufgeführten Fragen (»die fünf W's«) zu antworten. Bitte sprechen sie langsam und deutlich.

1. **Wo ist der Notfallort?**
2. **Was ist geschehen?**
3. **Wie viele Verletzte oder Erkrankte gibt es?**
4. **Welche Art von Verletzung oder Erkrankung liegt vor?**
5. **Warten Sie auf Rückfragen!**

**»Im Notfall  
in besten Händen«**

# 3. Häufige Notfälle bei Kindern



Unfälle passieren am häufigsten im häuslichen Bereich und im Straßenverkehr.

Typischerweise stürzen Kinder, stoßen sich an Gegenständen und verletzen sich an scharfkantigen Objekten. Besonders dramatisch sind Vergiftungen, Verbrühungen, Erstickten und Ertrinkungsunfälle.

Auf den folgenden Seiten geben wir Ihnen einige Tipps zum richtigen Verhalten in typischen Notfallsituationen, die ohne große Vorkenntnisse von jedem umgesetzt werden können.

## 3.1. Verbrühungen/Verbrennungen

**Sie erkennen eine Verbrennung oder Verbrühung an den folgenden Zeichen:**

Schmerzen, Hautrötung, Blasenbildung und tiefgehende Gewebeschädigungen

**Maßnahmen:**

- Schützen Sie sich selbst vor den Flammen.
- Löschen Sie Kleiderbrände sofort!
- Kühlen Sie kleinflächige Verbrennungen durch sofortiges Überspülen mit Wasser, maximal 2 Minuten. Im Gesicht nur mit feuchten Tüchern kühlen.
- Nicht kühlen, wenn die verbrannte Körperoberfläche bei einem Kind größer als der Finger ist!
- Außer bei Bagatellverbrennungen immer: **Notruf 112**

- Bei Verbrennungen im Gesicht, an den Händen, an den Gelenken und im Genitalbereich ist ebenfalls die Anforderung des Rettungsdienstes notwendig.

Kontrollieren Sie die Lebenszeichen des Kindes und handeln Sie entsprechend.

Ist das Kind bei Bewusstsein: Führen Sie Maßnahmen zur Schockvermeidung durch (intensive Betreuung, Schocklage, vor allem Schutz vor Wärmeverlust).

Nach der Kühlung oder wenn keine Kühlung möglich ist: Decken Sie die Brandwunde mit keimfreien Verbandmaterial locker ab. Speziell geeignet sind Verbandtücher, die auch in den Verbandkästen für Kraftfahrzeuge und für Betriebe enthalten sind. Ausnahme: Gesichtsverletzungen nicht abdecken.

**Öffnen Sie keine Blasen! Bringen Sie keine Salben, Puder, Öle oder »Hausmittel« auf die Brandwunde! Achten Sie auf ausreichenden Tetanusschutz.**

# 3. Häufige Notfälle bei Kindern



## 3.2. Fremdkörper in Mund- und Rachenraum

Anhand der folgenden Symptome lässt sich erkennen, dass ein Fremdkörper verschluckt wurde:

- plötzlich heftige, sich wiederholende Hustenanfälle
- verschärfte Atemgeräusche; ziehendes, pfeifendes Atemgeräusch, wenn der Fremdkörper in der Luftröhre fest sitzt
- verzweifelte Atemanstrengungen
- evtl. Würgereiz
- Blaufärbung von Lippen und Haut
- Angst und Unruhe

**Das Vorgehen ist bei Kindern aller Alterstufen gleich:**

- Halten Sie das Kind mit vornüber gebeugtem Oberkörper. Klopfen Sie mit der flachen Hand zwischen die Schulterblätter und halten Sie Ihre andere Hand an der Brustseite des Kindes dagegen, um einen Hustenreflex auszulösen, der den Fremdkörper wieder herausbefördern soll.
- Je jünger das Kind ist, desto behutsamer sollten Sie vorgehen.
- Wenn sich der Fremdkörper nicht sofort entfernen lässt: Notruf!
- Behalten Sie Ruhe und versuchen Sie, das Kind zu beruhigen.
- Sollte Bewusstlosigkeit eintreten, legen Sie besonderes Augenmerk auf die Freihaltung der Atemwege. Kontrollieren Sie Atmung und sonstige Lebenszeichen.
- Bei Atemstillstand beatmen Sie. Auch wenn ein Fremdkörper in der Luftröhre fest sitzt, kann Luft daran vorbei in die Lungen gelangen.

**In folgenden Fällen müssen Sie ohne Verzögerung ärztliche Behandlung veranlassen:**

- Hat das Kind einen spitzen Gegenstand, z. B. eine Nadel, verschluckt, so muss dieser umgehend in der Klinik entfernt werden, um innere Verletzungen zu verhindern.
- Noch gefährlicher ist das Verschlucken von Knopf-Batterien, da sie schwere Verätzungen in Speiseröhre und Magen hervorrufen können. Auch hier muss die Entfernung durch medizinisches Fachpersonal erfolgen.
- Wenn der Verdacht nahe liegt, dass der verschluckte Gegenstand giftige Stoffe enthält, das Kind aber noch keine Vergiftungserscheinungen zeigt, muss eine Abklärung über einen Anruf beim Kinderarzt oder bei einem Informationszentrum für Vergiftungen erfolgen.
- Zeigt das Kind bereits Vergiftungserscheinungen, alarmieren Sie den Notarzt.

## 3.3. Vergiftung

Vergiftungen sind bei Kindern relativ häufig. Wenn Sie genau wissen, was Ihr Kind aufgenommen hat, kommt es auf schnelles und richtiges Handeln an. Experimentieren Sie nicht herum, rufen Sie frühzeitig professionelle Hilfe.

Oft lässt sich nicht sofort feststellen, welche Substanz Ihr Kind geschluckt hat.

# 3. Häufige Notfälle bei Kindern



## Folgende Symptome weisen auf mögliche Vergiftungen hin:

- Extreme Müdigkeit
- Besondere Erregtheit
- Übelkeit, Erbrechen, evtl. Durchfall
- Plötzlich auftretende Bauchschmerzen
- Auffallende Benommenheit
- Gangstörungen
- Krämpfe
- Atemstörungen
- Psychische Auffälligkeiten, wie Aggressivität oder depressive Verstimmung

Besteht der Verdacht, dass sich Ihr Kind vergiftet hat, alarmieren Sie sofort den Rettungsdienst.<sup>1</sup>

## Versuchen Sie folgende Fragen zu beantworten:

- Wann wurde das Gift aufgenommen?
- Welches Gift könnte es gewesen sein?
- Welche Menge wurde aufgenommen?
- Wie wurde das Gift aufgenommen?

## Allgemeine Maßnahmen:

- Versuchen Sie das Kind zu beruhigen
- Kontrollieren Sie die Vitalfunktionen des Kindes
- Veranlassen Sie den Notruf
- Bringen Sie das Kind nicht zum Erbrechen

- Führen Sie ggf. Maßnahmen zur Schockvorbeugung durch (intensive Betreuung, Schocklage, vor allem Schutz vor Wärmeverlust)
- Nach Rücksprache mit der Giftinformationszentrale (Giftnotruf)<sup>1</sup> kann die schluckweise Gabe von Wasser hilfreich sein, bringen Sie das Kind jedoch nicht zum Erbrechen
- Stellen Sie Giftreste, Verpackungen oder Erbrochenes sicher

Denken Sie bei Giften, die über Haut oder Atemwege aufgenommen werden daran, dass sich das Kind in einer vergifteten Umgebung befunden hat, die auch für die Helfer vergiftende Wirkung haben kann. In diesen Fällen geht der Eigenschutz vor, bringen Sie sich auf keinen Fall selbst in Gefahr.

## 3.4. Starke Blutungen

### Grundsätzliches Vorgehen bei starker Blutung

- Legen Sie das Kind hin. Diese Maßnahme dient gleichzeitig der Schockvorbeugung.
- Lagern Sie den verletzten Arm bzw. das verletzte Bein hoch, ggf. mit der Hilfe eines weiteren Helfers. Der Blutstrom aus der Wunde wird verringert, sobald die Wunde höher liegt als das Herz des Verletzten.
- Veranlassen Sie so früh wie möglich den Notruf.
- Bewahren Sie selbst Ruhe und beruhigen Sie das Kind.
- Legen Sie einen Druckverband an.

### Druckverband mit Verbandpäckchen

- Öffnen Sie ein Verbandpäckchen und rollen Sie es vorsichtig ein kurzes Stück aus, bis die keimfreie Wundaufgabe sichtbar wird. Achten Sie darauf, die Wundaufgabe nicht zu berühren.

<sup>1</sup> Gemeinsames Giftinformationszentrum (GGIZ Erfurt) der Länder Mecklenburg-Vorpommern, Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen Telefon 0361 730730 (<http://www.kindergesundheit-info.de/fuer-eltern/kindersicherheit/kindersicherheit06/giftnotruf2/>)

# 3. Häufige Notfälle bei Kindern



- Legen Sie die Wundauflage auf die Wunde und sichern Sie ihren Halt durch zwei Bindengänge.
- Legen Sie ein elastisches Druckpolster (z. B. ein zweites, ungeöffnetes Verbandpäckchen) unmittelbar auf die Wundauflage.
- Befestigen Sie das Druckpolster mitmäßigem Zug durch mindestens vier Bindengänge. Wickeln Sie so, dass sich die Bindengänge auf dem Druckpolster kreuzen und auf der Rückseite des Verbandes breit liegen (so genannte Achtertouren). So wirkt der Druck gezielt auf die Wundränder. Ein Blutstau in den Gefäßen auf der unverletzten Seite kann vermieden werden.
- Fordern Sie nun den Helfer auf, mit dem Abdrücken aufzuhören.
- Kontrollieren Sie Farbe und Aussehen der Haut. Ist diese rot bis blau und geschwollen, hat der Verband einen Blutstau erzeugt: Lockern Sie in diesem Fall den Verband. Ist die Blutung gestillt, kann der Verband – ggf. nach weiteren Bindengängen – über dem Druckpolster verknotet werden.
- Wenn die Blutung durchsickert, legen Sie ein zweites Druckpolster auf das erste und befestigen es mit weiteren Bindengängen bzw. mit einer Mullbinde.

Ziel eines Druckverbandes ist, die Blutung zum Stillstand zu bringen. Der Verband soll nicht schön, sondern zweckmäßig sein. Die verschiedenen Techniken eines Druckverbandes sollten aus Ihrem Erste-Hilfe-Kurs für Führerscheinbewerber bekannt sein. Wenn nicht, raten wir Ihnen dringend, diese Techniken zu erlernen.

## 3.5. Fieberkrämpfe

Fieberkrämpfe treffen überwiegend Kinder im Alter von sechs Monaten bis zum Schuleintritt, meistens jedoch im zweiten Lebensjahr, wobei Jungen etwas häufiger betroffen sind.

Hervorgerufen werden sie vor allem durch Infekte der oberen Luftwege. Auslösender Faktor ist dabei hohes Fieber (ab 39°C).

Einen Fieberkrampf erkennen Sie an Muskelzuckungen und Streckkrämpfen, meist am ganzen Körper. Er tritt häufig beim ersten, raschen Ansteigen des Fiebers auf. Das Kind fühlt sich heiß an.

### Maßnahmen:

- Wenn der Fieberkrampf länger als eine Minute dauert: Notruf!
- Dauert er weniger als eine Minute: Verständigen Sie den Kinderarzt, damit er Sie berät.

### Führen Sie fiebersenkende Maßnahmen möglichst schon vorbeugend durch:

- Befreien Sie das Kind von zu warmer Kleidung oder Decken, damit es die Wärme über die Haut abgeben kann.
- Vermeiden Sie Zugluft und Auskühlung.
- Kühlen Sie die Beine. Bei größeren Kindern nur die Unterschenkel, durch mehrfache Anwendung von kalten Umschlägen. Das Kind sollte dabei aber nicht frieren.

# 3. Häufige Notfälle bei Kindern



- Geben Sie dem Kind fiebersenkende Medikamente nach Verordnung durch den Kinderarzt (Fieberzäpfchen).

## 3.6. Insektenstiche

### Beugen Sie vor:

Achten Sie beim Essen und Trinken im Freien darauf, dass Kinder Getränke nur mit einem Halm trinken. Decken Sie offene Flaschen, Dosen und Gläser sowie Speisen ab, damit sich Insekten dort gar nicht niederlassen können.

### Hat ein Insekt im Mund-/Rachenraum zugestochen, erkennen Sie dies sofort an der Reaktion des Kindes:

- Schmerzen im Mund-/Rachenraum
- Rasch einsetzende und fortschreitende Schwellung
- Zunehmende Atembeschwerden

### Handeln Sie schnell, um ein Ersticken zu verhindern:

- Beruhigen Sie das Kind
- Veranlassen Sie den Notruf
- Kind viel Eis (Speiseeis oder Eiswürfel) lutschen lassen
- Hals von außen durch kalte, nasse Tücher oder Kältekissen kühlen
- Unterstützen Sie das Kind in einer atemerleichternden Haltung (Oberkörper erhöht)
- Achten Sie auf Schockzeichen
- Verliert das Kind das Bewusstsein, kontrollieren Sie die Vitalfunktionen und handeln Sie entsprechend.
- Bei Atemstillstand ist eine Atemspende immer sinnvoll und notwendig. Sauerstoff aus der Beatmungsluft gelangt an der Schwellung vorbei in die Lungen (Diese Maßnahme muss praktisch erlernt werden!)

- Kinder können, ebenso wie Erwachsene, auf Insektenstiche allergisch reagieren. Diese Reaktionen verschärfen noch zusätzlich die Situation, da das Kind in einen Schockzustand geraten kann. (siehe Schock)

## 3.7. Hinweise zu lebensbedrohlichen Situationen

Lebensbedrohliche Situationen sind im Kindesalter glücklicherweise relativ selten. Sie sind nur dann zu bewältigen, wenn man Handlungsablauf und einzelne Handgriffe sicher beherrscht.

Lernen und üben Sie deshalb die Maßnahmen unter Anleitung in einem entsprechenden Lehrgang, um negative Auswirkungen für den Patienten zu vermeiden.

### 3.7.1. Schock

Der Schock ist ein Kreislaufzusammenbruch, der durch unzureichende Sauerstoffversorgung der lebenswichtigen Organe entsteht. Ursache hierfür kann hoher Blutverlust durch eine Verletzung sein, Flüssigkeitsverlust durch Verbrennungen, Brechdurchfall oder starkes Schwitzen (Hitzeerschöpfung), ebenso wie allergische Reaktionen oder Vergiftungen. Auch Schmerz, psychische Belastung und Angst in einer Notfallsituation können zum Schock führen oder ihn verstärken.

Im Schockzustand steht dem Gefäßsystem des Körpers nicht genügend Blut zum Transport von Sauerstoff zu allen Organen zur Verfügung. Der Körper reagiert darauf zunächst mit einer so genannten Zentralisation: Er stellt die Blutgefäße der Haut und der Muskulatur enger und versorgt vorrangig die lebenswichtigen Organe Herz, Gehirn, Lunge und Nieren mit Sauerstoff. Gleichzeitig erhöht sich

# 3. Häufige Notfälle bei Kindern



die Pulsfrequenz (der Herzschlag), um das Blut schneller durch den Kreislauf zu pumpen. Diese Reaktion des Körpers ist jedoch nur vorübergehend. Nach einiger Zeit versagt die Zentralisation, die Blutgefäße weiten sich und das Blut versackt in den unteren Körperregionen, so dass auch die Versorgung der wichtigsten Organe im Körperstamm nicht mehr aufrechterhalten werden kann. Die Organfunktionen werden zunehmend eingeschränkt oder ganz eingestellt. Der Schock ist daher ein lebensbedrohlicher Zustand!

Bei jedem verletzten oder erkrankten Kind kann ein Schockzustand eintreten! Gerade bei kleineren Kindern kann es nach einer scheinbar unauffälligen Phase urplötzlich zum Zusammenbruch kommen.

Warten Sie nicht ab, bis erste Anzeichen erkennbar werden, sondern beugen Sie dem Schock rechtzeitig durch geeignete Maßnahmen vor!

## Erkennen eines beginnenden Schocks:

- blassgraue Hautfarbe, leicht bläuliche Lippen
- kalter Schweiß auf Oberlippe und Stirn
- kalte Hände und Füße
- Ängstlichkeit, Unruhe, Teilnahmslosigkeit

Nicht alle Symptome müssen gleichzeitig auftreten. Ergreifen Sie unverzüglich schockvorbeugende Maßnahmen, auch wenn nur einzelne Anzeichen erkennbar sind.

## Maßnahmen zur Schockvorbeugung:

- Überprüfen Sie Bewusstsein, Atmung und suchen Sie nach sonstigen Lebenszeichen.

## Ist das Kind noch bei Bewusstsein:

- Veranlassen Sie den **Notruf!**
- Wenn die Unfallursache erkennbar ist, versuchen Sie sie einzuschränken (z. B. Blutstillung, Kühlung bei Verbrennungen).
- Beruhigen Sie das Kind; sorgen Sie auch im Umfeld, so gut es geht, für Ruhe. Schirmen Sie das Kind ab, schicken Sie Schaulustige weg.
- Nehmen Sie vorsichtig Körperkontakt auf, halten Sie seine Hand oder nehmen Sie es in Ihre Arme, wenn Sie mit dem Kind vertraut sind und keine Verletzungen am Körper erkennbar sind. Körperkontakt und, wenn greifbar, das geliebte Kuscheltier helfen, die Angst zu lindern.
- Vermeiden Sie bei allem, was Sie für das Kind tun, unnötige Schmerzen. Tun Sie möglichst nichts gegen den Widerstand des Kindes.

## Bringen Sie das Kind in die Schocklage:

- Legen Sie es flach auf den Rücken und heben Sie Füße und Unterschenkel ca. 20 bis 30 cm an; so kann das Blut aus den Beinen in den Körper zurückfließen und der Versorgung der lebenswichtigen Organe mit Sauerstoff zur Verfügung stehen. Legen Sie unter die Unterschenkel eine zusammengerollte Decke oder ähnlich geeignetes Material. Es sollte aber auf keinen Fall Druck oder Schmerzen verursachen.
- Bei offensichtlichen oder vermuteten Verletzungen der Wirbelsäule, des Kopfes oder des Brust-/Bauchraumes sowie bei Beinbrüchen lassen Sie das Kind nur flach liegen und bewegen Sie es nicht unnötig.
- Schützen Sie das Kind vor Wärmeverlust, indem Sie es auf eine Decke legen und mit einer zweiten Decke zudecken. Wärmen Sie das Kind jedoch nicht zusätzlich auf.
- Geben Sie dem Kind nichts zu essen oder zu trinken.

## 4. Erste Hilfe muss man lernen ...



- Bleiben Sie weiterhin bei dem Kind. Beruhigen und betreuen Sie es, bis der Rettungsdienst eintrifft.
- Überprüfen Sie immer wieder die Vitalfunktionen. Fällt eine Vitalfunktion aus, so hat die entsprechende Maßnahme Vorrang vor der Schockvorbeugung.

### 3.7.2. Bewusstlosigkeit

Bewusstlose Kinder müssen in besonderer Art und Weise gelagert werden. Die einzelnen Lagerungsformen müssen erlernt werden. Ein Ziel ist es dabei, dass der Mund der tiefste Punkt des Körpers ist und Erbrochenes abfließen kann. Weiterhin muss besonderes Augenmerk auf die Freihaltung der Atemwege gelegt werden. Die einzelnen Lagerungsformen können unter Anleitung in einem entsprechenden Kurs erlernt und geübt werden.

### 3.7.3. Herz-Lungen-Wiederbelebung

Zur Wiederbelebung eines regungslosen Kindes ohne Lebenszeichen muss zügig gehandelt werden, die einzelnen Handgriffe müssen sicher beherrscht werden. Eine falsche Anwendung hat negative Auswirkungen auf den Zustand des erkrankten oder verletzten Patienten.

Lernen und üben Sie die Maßnahmen der Wiederbelebung unter Anleitung in einem entsprechenden Lehrgang.

## 4. Erste Hilfe muss man lernen ...

Leider lassen sich nicht alle Notfallsituationen durch das Studium dieser kleinen Broschüre bewältigen. Für zahlreiche Maßnahmen ist ein praktisches Training unter Anleitung erfahrener Ausbilder erforderlich.

Aus diesem Grund bieten wir für alle Kunden der Gesundheitskasse in Zusammenarbeit mit dem ASB ein kostenloses Einführungsseminar zur Prävention und Ersten Hilfe bei Kindernotfällen an. Wann und wo erfahren Sie bei Ihrer AOK PLUS.

Im Rahmen dieses Seminars werden die häufigsten Notfallsituationen ausführlich besprochen. Erste-Hilfe-Maßnahmen werden unter fachkundiger Anleitung vermittelt und trainiert. Sie haben dabei ausreichend Gelegenheit, Fragen zu stellen und ein Stück mehr Sicherheit im Umgang mit Notfallsituationen zu entwickeln.

**Das Seminar umfasst insgesamt 180 Minuten.**

**Die wesentlichen Inhalte (Theorie und Praxis) sind:**

- Die Rettungskette
- Erste Hilfe bei
  - Bewusstlosigkeit
  - Wunden und Knochenbrüchen
  - Hitze- und Kälteschäden
  - Verätzungen und Vergiftungen
- Vorbeugung

Information und Wissen beruhigt, gerade wenn es um die Gesundheit Ihres Kindes geht! Nutzen Sie den Service Ihrer AOK PLUS für junge Eltern. Über die Clarimedis- und Baby-Hotline erhalten Sie unter 0800 2266550\* rund um die Uhr kostenfreie Informationen über Kinderkrankheiten, Impfungen oder Krankheitssymptome.

\* deutschlandweit kostenfrei  
und das rund um die Uhr aus allen Netzen







Arbeiter-Samariter-Bund  
Deutschland e.V.

[www.samariteronline.de](http://www.samariteronline.de)

[www.asb-thueringen.de](http://www.asb-thueringen.de)

## AOK PLUS – Die Gesundheitskasse für Sachsen und Thüringen.

### **Mehr Infos unter:**

Servicetelefon: 0800 1059000\*

Servicefax: 0800 1059001\*

Service-E-Mail: [service@plus.aok.de](mailto:service@plus.aok.de)

Internet: [www.aokplus.de](http://www.aokplus.de)

\* deutschlandweit kostenfrei und das rund um die Uhr aus allen Netzen

Änderungen und Irrtum vorbehalten. Stand: Januar 2015

© Bildquelle: shutterstock/Jaren Jai Wicklund/Sunny studio/wellphoto/  
Alena Ozerova/MNStudio/Kzenon, iStock/code6d, AOK