

Möglichkeiten der Erste Hilfe

Besonderheiten auf See



Dr. Florian Kroll 26.04.2026



KLINIK FÜR UNFALLCHIRURGIE UND ORTHOPÄDIE,
REKONSTRUKTIVE UND SEPTISCHE CHIRURGIE,
SPORTTRAUMATOLOGIE



**Bundeswehrkrankenhaus
ULM**
Akademisches Krankenhaus der Universität Ulm



zertifiziertes **überregionales
TRAUMAZENTRUM**
TraumaNetzwerk DGU® Z11492
TraumaNetzwerk
Ulm



Dr. med. Florian Kroll

Oberfeldarzt

Oberarzt Unfallchirurgie und Orthopädie

Bundeswehrkrankenhaus Ulm

Bereichsleiter Kniegelenk

Facharzt für Allgemeine Chirurgie, Orthopädie und Unfallchirurgie

Spezielle Unfallchirurgie, Sportmedizin, Manuelle Therapie, Notfallmedizin

Zertifizierter Kniechirurg (DKG), Hygienebeauftragter Arzt

Aktiver Notarzt



Muss ich Erste Hilfe leisten?

- Die Pflicht zur Hilfeleistung ist im Strafgesetzbuch § 323c StGB festgeschrieben
(unterlassene Hilfeleistung)
- Auch wir erwarten in Notsituationen Hilfe
- Jeder macht was er kann und so gut er es kann! Außer es ist nicht zumutbar, mehr wird nicht erwartet.
- Nichts tun ist immer schlimmer...



Warum Erste Hilfe

Notfälle kann es immer und überall geben!

- Immer unerwartet und unwillkommen!
- Im Straßenverkehr, bei der Arbeit, beim Sport oder im Haushalt
- In der Stadt, auf dem Land, im Wald auf dem Boot
- Jeder Kann helfen



Auffrischung



Rettungskette



Rettungskette:

Jede Kette ist so stark wie ihr schwächstes Glied.

absichern,
Eigenschutz

Notruf,
Sofortmaßnahmen

weitere Erste
Hilfe

Rettungsdienst

Krankenhaus



Verhalten bei Unfällen

Ruhe bewahren!

1. Unfall melden



Telefon: (0) **112**

WO geschah es?

WAS geschah?

WIE VIELE Verletzte?

WELCHE Arten von Verletzungen?

Sind **WEITERE** Menschen in Gefahr?

WARTEN auf Rückfragen!

Notarzt ☎

Rettungsdienst ☎

Polizei ☎

Feuerwehr ☎

Geschäftsleitung ☎

2. Erste Hilfe



Absicherung des Unfallortes

Versorgen der Verletzten

Anweisungen beachten!

Verletzte nicht allein lassen!

3. Weitere Maßnahmen

Rettungsdienste einweisen

Schaulustige entfernen

Notruf: **112**

Zumutbarkeit

- Unfallmeldung
- Absichern der Unfallstelle
- Verletzte aus der Gefahrenzone bringen
- Eigenschutz
- Erste Hilfe
- Rettungskräfte einweisen
- Schaulustige abhalten?



GEFAHR
INFEKTIONSRISIKO
Ab hier ist
Schutzausrüstung Pflicht



Retten aus dem Gefahrenbereich:

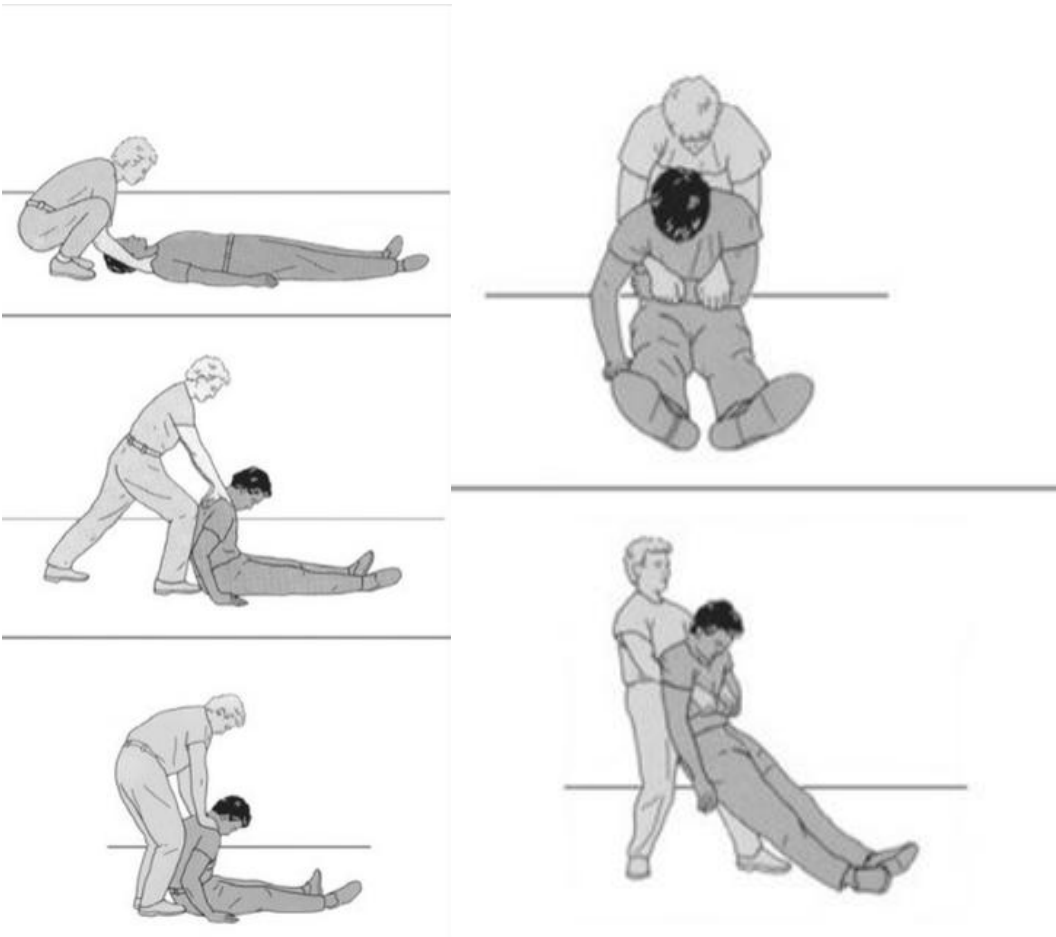
So schnell und schonend wie möglich



Rautek-Rettungsgriff

Praktische Übung:

Rautek-Rettungsgriff



Helmabnahme

Helmabnahme bei einem Motorradunfall

Nehmen Sie den Helm bei Bewusstlosigkeit der verunfallten Person unbedingt ab!

Es sollten möglichst zwei Personen die Abnahme durchführen!

Der Nacken muss stets gestützt werden!



Stützen Sie den Kopf und öffnen Sie das Visier.



Umfassen Sie den Helm und öffnen Sie den Kinnriemen.

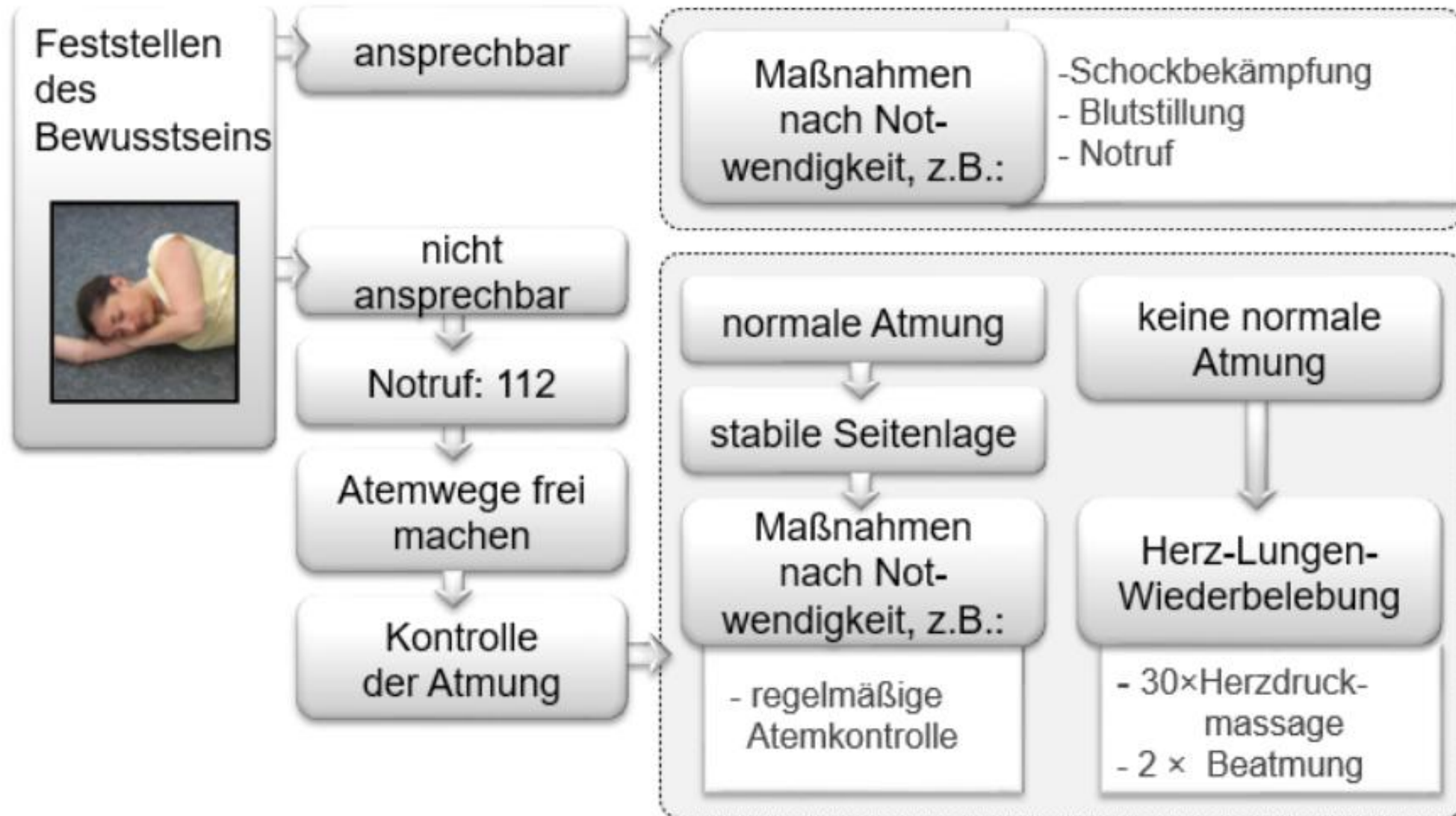


Stützen Sie den Nacken. Ziehen Sie den Helm vorsichtig nach hinten ab.



Stützen Sie den Kopf weiter ab bis der Notarzt kommt.

Auffinden einer Person



Kontrolle Atmung und Puls

Kontrolle der Atmung

bei Bewusstlosigkeit:

- Überstrecken des Halses zur Schaffung freier Atemwege
- dazu Kopf vorsichtig nackenwärts beugen sowie Kinn anheben

Atmung
überprüfen
durch:

- **Sehen** (Heben und Senken des Brustkorbs beim Ein- und Ausatmen)
- **Hören** (Atemgeräusche)
- **Fühlen** (Atemluft wird an der Wange spürbar)
- maximal zehn Sekunden prüfen

bei
vorhandener
Atmung:

- bewusstlose Person in stabile Seitenlage bringen
- nicht allein lassen
- Bewusstsein, Atmung und Kreislauffähigkeit weiter kontrollieren



Kontrolle des Pulses

Der tastbare Puls ist die bei der Herztätigkeit entstehende Druckwelle in den Arterien.

- Der Puls ist besonders dort gut fühlbar, wo die Arterie dicht unter der Hautoberfläche verläuft.
- Falls Patient bei Bewusstsein, am Handgelenk, bei Bewusstlosen vorzugsweise am Hals fühlen.
- Immer nur mit zwei bis drei Fingern, nie mit dem Daumen fühlen.
- Mindestens fünf Sekunden lang fühlen.
- Bei negativem Ergebnis auch an der gegenüberliegenden Seite fühlen.



Stabile Seitenlage



Bewusstlose Personen in die **stabile Seitenlage** bringen:

1. Beine der Person strecken.
2. Den nahen Arm angewinkelt nach oben legen.
Dabei zeigt die Innenfläche der Hand nach oben.
3. – Die ferne Hand des Bewusstlosen fassen und den Arm vor der Brust kreuzen.
Die Hand dabei nicht loslassen.
– Mit der anderen Hand an den fernen Oberschenkel (nicht im Gelenk) greifen und das Bein beugen.
– Die bewusstlose Person zu sich herüberziehen.
4. Den Hals überstrecken und den Mund leicht öffnen.
5. Die an der Wange liegende Hand so ausrichten, dass der Hals überstreckt bleibt.

Ständige Überprüfung der Atmung!

Herz-Lungen-Wiederbelebung

ERSTE-HILFE-TIPP

Herz-Lungen-Wiederbelebung

Das musst du tun:

- 1 Notruf 112
veranlassen
- 2 Feste, schnelle
Herzdruckmassagen
- 3 100- bis 120-mal
pro Minute in die
Mitte des Brust-
corbs drücken



30 mal drücken, 2 mal beatmen

 Deutsches
Rotes
Kreuz
DRK-Kreisverband
Limburg e.V.
Ortsverein Elz



2 x Beatmung
1 s lang Luft
in Mund oder
Nase einblasen

Wichtig!

Keine Angst, schlimmer kann es für diesen Menschen nicht mehr werden.

Wenn es knackt wird eine Rippe gebrochen sein, das ist nicht tragisch

An Abwechslung denken!

Bei allem Eifer nicht den Notruf vergessen, sonst dauert es sehr lange!



AED (Automatischer externer Defibrillator)



Für die Laienanwendung konzipiert

- Schritt 1
 - Einen AED ausfindig machen
- Schritt 2
 - Patient darf nicht nass sein, ggf. auch Haare entfernen
- Schritt 3
 - AED einschalten, nun Vorgehen nach Ansage
- Schritt 4
 - Elektroden kleben und Gerät arbeiten lassen



AED Defibrillation

Gemeinde Hagnau
am Bodensee

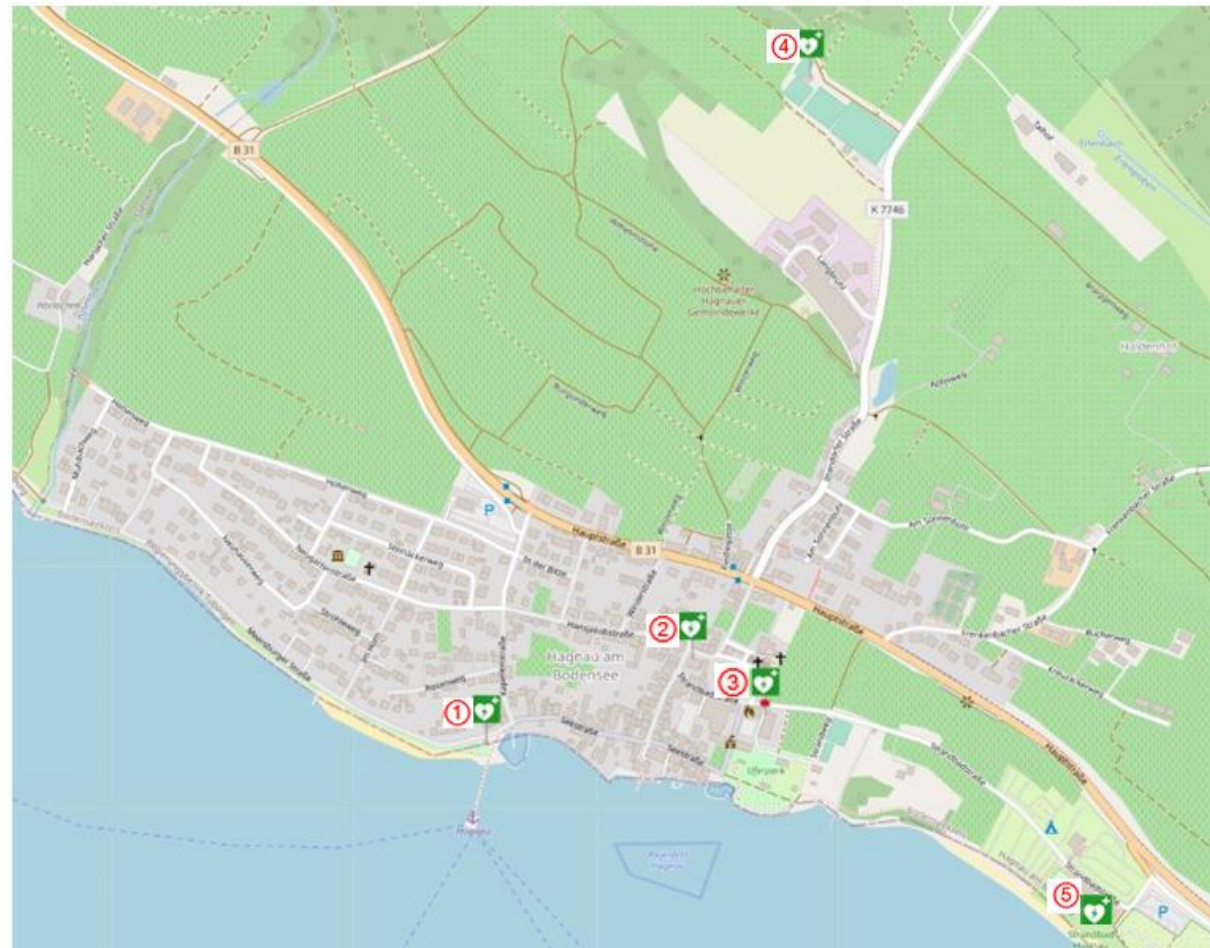
Standorte der
5 Defibrillatoren (AED)



Die Gemeinde verfügt aktuell
über 5 Defibrillatoren (AED)

an folgenden Standorten:

- ① WC-Anlage Schiffslandestelle
(Westhafen), Meersburger Straße
- ② Hagnauer Volksbank eG
(Eingangsbereich)
Dr.-Fritz-Zimmermann-Straße 14
- ③ Gwandhaus
Im Hof 7
(Eingangsbereich Grundschule/Kinderhaus)
- ④ Tennis-Club/RSV
(Vereinsheim Tennis-Club)
- ⑤ Badestelle/Strandbad
(Hauptgebäude)
Strandbadstraße 12



Stand: 04/2024



Herz-Lungen-Wiederbelebung vereinfacht

1. PRÜFEN

Keine Reaktion?
Keine oder keine normale Atmung?



2. RUFEN

Rufen Sie **112** an.



3. DRÜCKEN

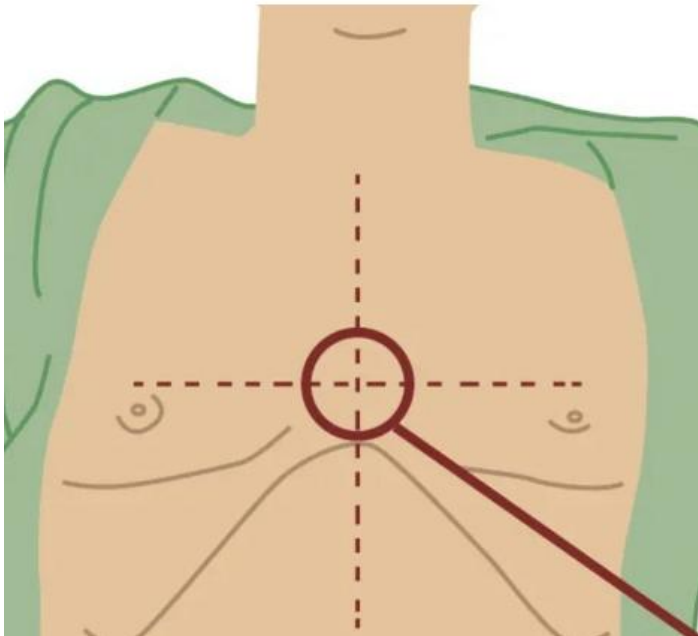
Drücken Sie fest und schnell in der Mitte des Brustkorbs: **mind. 100 x pro Minute**. Hören Sie nicht auf, bis Hilfe eintrifft.



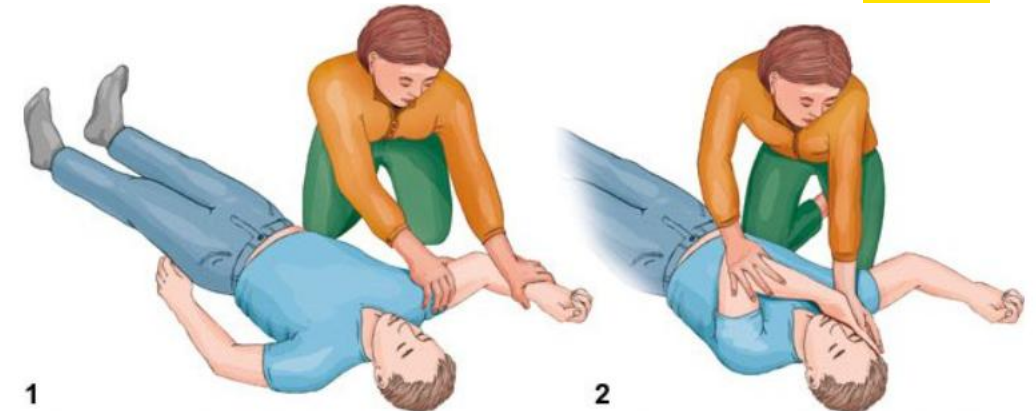
Praktische Übung:

Herz-Lungen Wiederbelebung

- Bewusstlos
- Keine Atmung (kein Puls)
- Herzdruckmassage
 - 30:2



Stabile Seitenlage



1

- Hilfebedürftige Person mit ausgestreckten Beinen auf den Rücken legen.
- Seitlich daneben hinknien.
- Nahen Arm des Hilfebedürftigen angewinkelt nach oben auf den Boden legen, Handfläche zeigt nach oben.

2

- Ferne Hand fassen und Arm vor der Brust kreuzen.
- Handrücken an die nahe Wange führen und dort mit einer Hand festhalten.



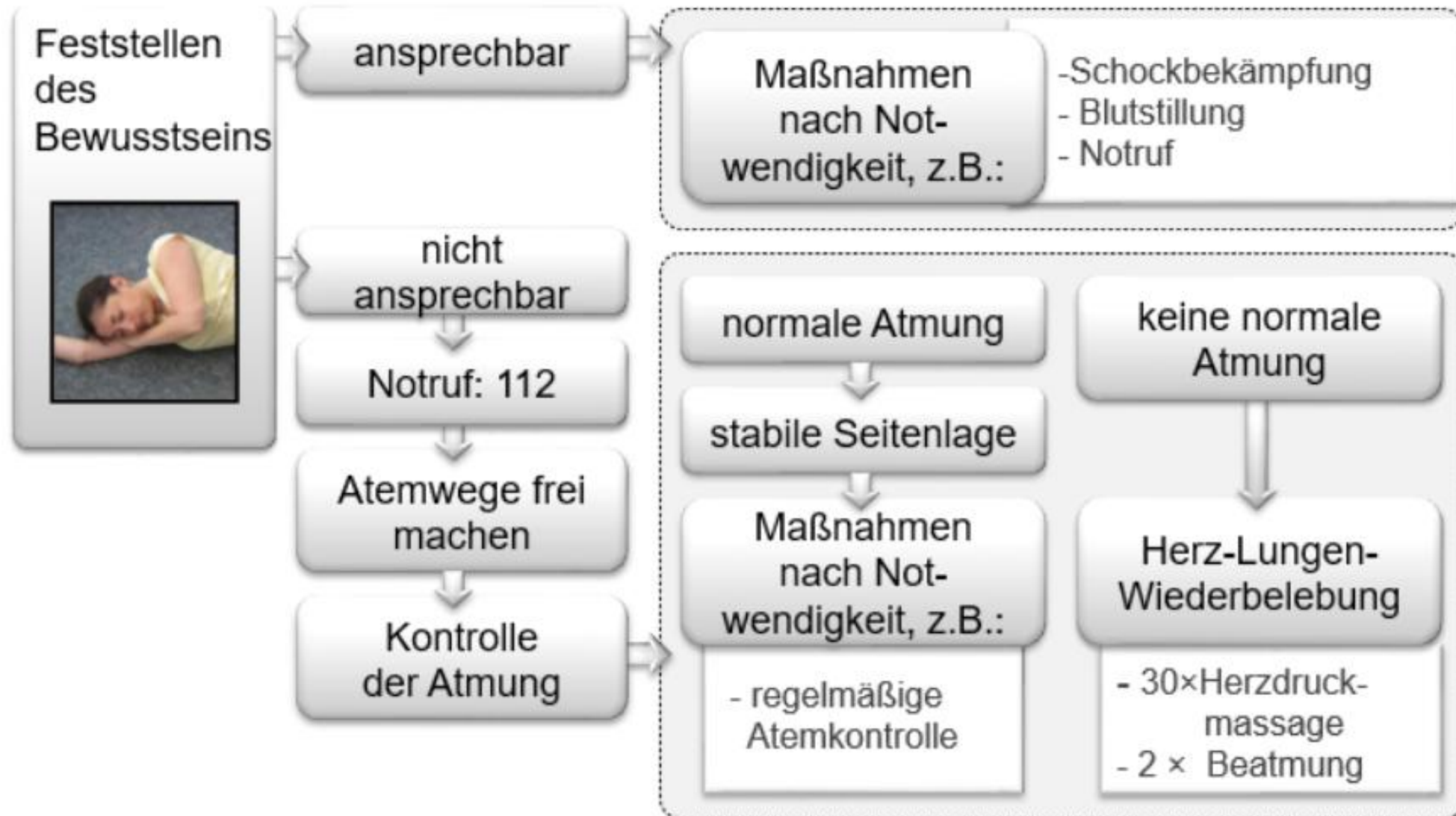
3

- Mit der anderen Hand an den Oberschenkel des fernen Beins fassen (z.B. am Hosenstoff).
- Das ferne Bein beugen.
- Den Körper zu sich rollen.

4

- Oberschenkel des oberen Beins liegt im rechten Winkel zur Hüfte auf dem Boden.
- Kopf nach hinten neigen und Mund leicht öffnen, um die Atemwege freizuhalten.
- Obere Hand zwischen Kinn und Boden schieben, damit der Kopf in Position bleibt.

Auffinden einer Person



Schock (lebensbedrohliches Kreislaufversagen)

Anzeichen eines Schocks:

Blasse, kalte, feuchte Haut, schneller/schwacher Puls, Unruhe, Angst, flache Atmung, Bewusstseinstörung

Schockformen:

- Volumenmangelschock
- Allergischer
- Neurogener Schock
- Toxischer Schock
- Kardiogener

Achtung: von einer akuten Situation geschockt sein hat hiermit nichts zu tun.



Schocktherapie

Erkennungsmerkmale eines Schocks:

- Teilnahmslosigkeit
- fahle Blässe
- schneller und schwächer werdender, schließlich kaum tastbarer Puls
- Schweiß auf der Stirn, kalte Haut, Frieren

Achtung:

Diese Anzeichen treten bei einem Schock nicht immer oder nicht immer gleichzeitig auf.

Maßnahmen:

- falls vorhanden, Blutungen stillen
- in Schocklage bringen
- mit der Person sprechen und dabei vom Unfallgeschehen ablenken, tröstenden Zuspruch geben
- vor Wärmeverlust schützen
- Bewusstsein, Kreislauf und Atmung regelmäßig prüfen



Ausnahme: kardiogener Schock

Blutende Wunden

Blutvolumen Mensch: 5-6 Liter

- Transport von Sauerstoff und Nährstoffen
- Immunabwehr
- Blutgerinnung



STOP THE BLEED

Weißt DU, was zu tun ist, wenn jemand lebensbedrohlich blutet?

Durchschnittliche Zeit bis zum Verbluten	Durchschnittliche Zeit bis der Rettungsdienst eintrifft	Traumabezogene Todesfälle weltweit aufgrund von Blutungen
3 bis 5 MINUTEN	8 bis 17 MINUTEN	40%

Blutende Wunden

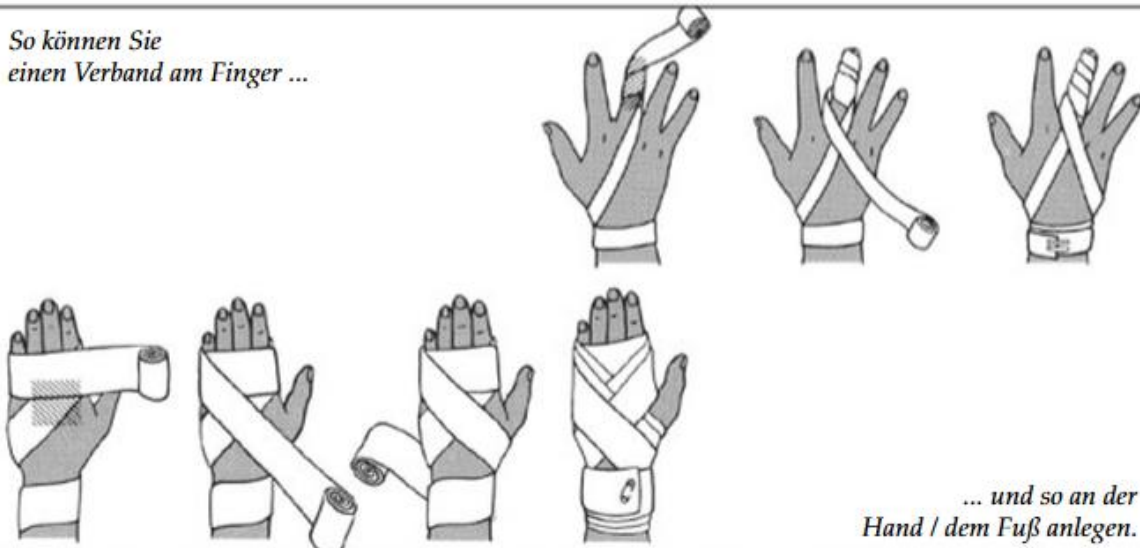


- Verletzte Extremität hochhalten, Hochhalten der Extremität.
- Verband draufdrücken
- Druckverband anbringen
- Notfalls abbinden

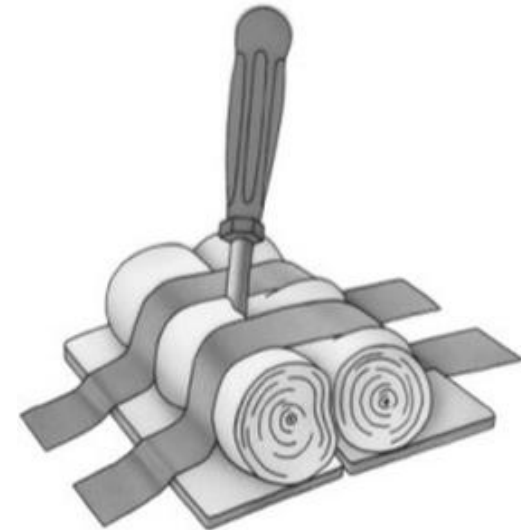
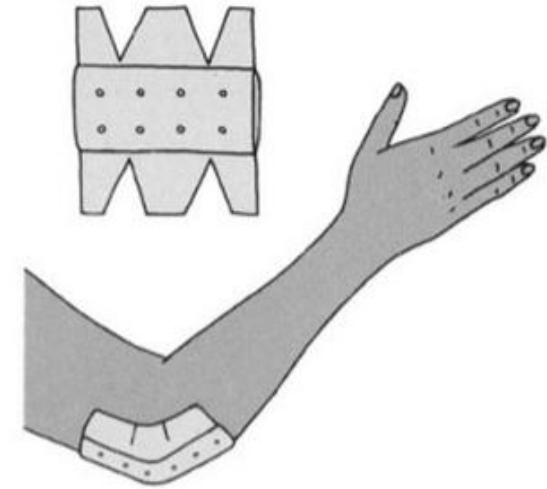
Sonstige Wundversorgung

- Wunde säubern/desinfizieren
- Fremdkörper belassen
- Blutung stoppen

So können Sie
einen Verband am Finger ...



... und so an der
Hand / dem Fuß anlegen.



Fremdkörper im Auge

Symptome:

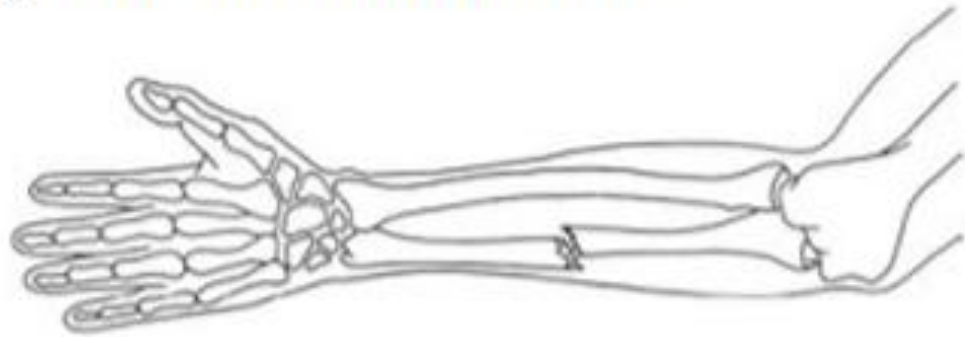
brennender Schmerz, Tränenfluss,
Rötung des Auges oder Sehstörung

Durch ein Hineinreiben des Fremdkörpers in die Bindehaut oder in den Augapfel können Sie den Zustand verschlimmern.

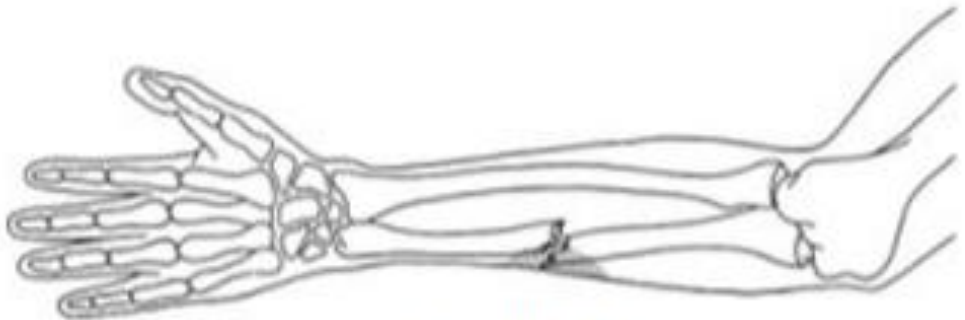


Frakturen und Luxationen

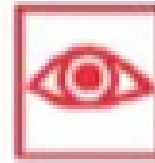
Man unterscheidet zwischen offenem und geschlossenem Knochenbruch.



geschlossener Knochenbruch



offener Knochenbruch



Sichere Anzeichen sind:

- unnatürliche Lage
- unnatürliche Beweglichkeit
- Stufenbildung im Bruchbereich
- sichtbare Knochenenden

Unsichere Anzeichen sind:

- Schmerzen
- Schwellung
- Bewegungsunfähigkeit
- Belastungsunfähigkeit

Frakturen und Luxationen



Abnormale Gelenkstellungen

Geht eigentlich um die Ruhigstellung, auch damit auch Schmerztherapie

Schienen, dürfen am Anfang, auf jeden Fall auch behelfsmäßig sein

Amputationen

Werden bei einer Verletzung Körperteile abgetrennt (amputiert), so können diese häufig durch rechtzeitige Wiedereinpflanzung (Replantation) ihre normale Funktion weitgehend wiedererlangen. Daher ist bei allen Amputationsverletzungen der abgetrennte Körperteil sicherzustellen.

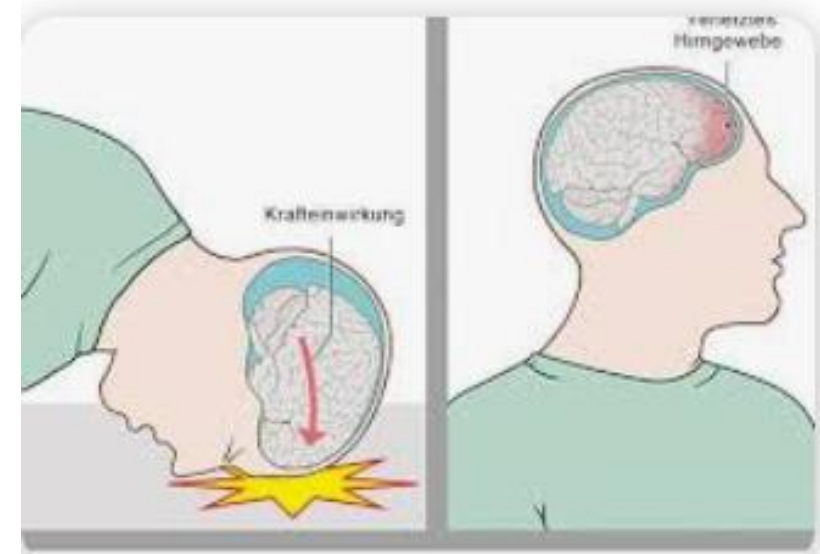
- Stillen Sie die Blutung; wenn notwendig, keimfreies Material auf die Wunde auf-pressen.
- Wickeln Sie das Amputat, wie vorgefunden, in ein trockenes und steriles Verbandtuch, säubern und waschen Sie es nicht ab.
- Packen Sie alles in einen wasserdichten Plastikbeutel.
- Geben Sie diesen Plastikbeutel in einen zweiten größeren Plastikbeutel, der mit Wasser und – wenn möglich – Eiswürfeln gefüllt ist.

Zu Ihrem eigenen Schutz sollten Sie bei einer Durchführung der Blutstillung unbedingt Einmal-Handschuhe tragen.



Gewalteinwirkung auf den Kopf

- Kopfschmerzen
- Übelkeit, Erbrechen, Schwindel
- kurzzeitiger Bewusstseinschwund bis hin zur Bewusstlosigkeit
- Erinnerungslücke nach Wiederkehr des Bewusstseins (der Patient kann sich beispielsweise nicht an den Unfallhergang erinnern)

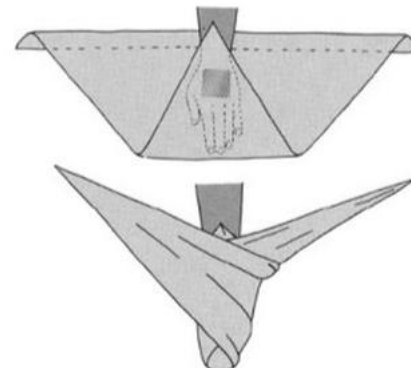
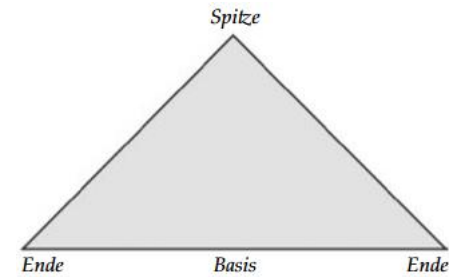


Praktische Übung:

HLW

- Bewusstlos
- Keine Atmung (kein Puls)
- Herzdruckmassage
 - 30:2

Dreiecktuch



Folgen von Hitze

Hauptauswirkungen von Hitze auf den Körper:

- **Kreislaufprobleme:** Das Herz arbeitet schwerer, der Blutdruck sinkt, was zu Schwindel, Schwäche oder Ohnmacht (Hitzekollaps) führen kann.
- **Hitzekrämpfe:** Schmerzhaftes Muskelkontraktionen entstehen oft durch Schwitzen und den damit verbundenen Verlust von Elektrolyten.
- **Hitzeerschöpfung:**
Anzeichen sind Kopfschmerzen, Übelkeit, Schwindel, starkes Schwitzen und Schwäche.
- **Hitzschlag:** Ein lebensbedrohlicher Zustand, bei dem die Körpertemperatur über steigt. Symptome sind heiße, trockene Haut, Verwirrtheit, Bewusstseinsstörungen.
- **Dehydration:** Flüssigkeitsmangel führt zu Schwindel und Verwirrtheit, da der Körper die Temperatur nicht mehr über Schweiß regulieren kann.
- **Hautprobleme:** Schwellungen an Händen und Füßen, Hautrötungen oder Hitzeausschlag.
- **Psychische Auswirkungen:** Unruhe, Reizbarkeit, Aggressionen und Schlafstörungen können auftreten.

Schutzmaßnahmen:

- Ausreichend Wasser trinken.
- Direkte Sonne meiden (Mittagszeit).
- Kühle Räume aufsuchen.
- Leichte Kleidung tragen



Sonnenstich und Hitzschlag

Sonnenstich

Körper oft kühl
|
Kopfschmerzen,
Kopf rot und heiß
|
Schwindel, Erbrechen
und Übelkeit
|
Nackenschmerzen
oder Nackensteifheit
|
Bewusstseinsstörung

Raus aus der
Sonne, Kopf kühlen
und viel trinken

Hitzschlag

erhöhte Temperatur
(bis zu 40 °C)
|
Schnelle, flache Atmung,
Kreislaufprobleme
|
Niedriger Blutdruck
|
Schneller Herzschlag
|
Rote, trockene Haut,
keine Schweißbildung

Bei Verdacht
direkt den Notarzt
rufen!



Verbrennungen und Strom



Achten Sie bei Unfällen durch elektrischen Strom auf Ihre eigene Sicherheit!



Unterkühlung / Erfrierung



Schweregrade bei Erfrierungen



KÄLTESCHÄDEN im Winter			
Deutsches Rotes Kreuz		DRK-Ortsverein Stade e. V. Bereitschaft Stade	
ABWEHR-STADIUM	ERSCHÖPFUNGS-STADIUM	LÄHMUNGS-STADIUM	SCHEINTOD
normal: 36,5 - 37,5°C		Lebensgefahr!	
35-32°C	32-30°C	30-28°C	unter 28°C
KÖRPERTEMPERATUR	KÖRPERTEMPERATUR	KÖRPERTEMPERATUR	KÖRPERTEMPERATUR
Unruhe, Zittern, vertiefte und beschleunigte Atmung, Blutdruck sinkt und Herzfrequenz steigt	Teilnahmslosigkeit und Verwirrtheit, verlangsamte Atmung, Blutdruck und Herzfrequenz sinken, Muskeln werden steif	Bewusstseinsverlust, geweitete Pupillen, stark verlangsamte Atmung und Herzfrequenz, Herzrhythmusstörungen	tiefe Bewusstlosigkeit mit lichtstarrten Pupillen, evtl. kommt es zum Atem- oder Herzstillstand

~~Wärmehilfen, Wärmehüllen, Wärmehüllen, Wärmehüllen~~

Ertrinken und Beinaheertrinken

Bei Ertrinkungsunfällen zählt jede Sekunde:

- Retten, Notruf (112), Atmen prüfen.
- Bei Bewusstsein und Atmung: Nass/kalt - Wärmen (Decken).
- Bei Bewusstlosigkeit: Stabile Seitenlage.
- Bei Atemstillstand: Sofort ca 5 Atemspenden, dann 30:2 Wiederbelebung (Druckmassage & Beatmung) bis zum Eintreffen der Rettungskräfte.
- **Eigene Sicherheit beachten!.**



Verätzungen

Allgemein

- Beachten Sie unbedingt den Eigenschutz! Handeln Sie schnell!
- Veranlassen Sie den Notruf! Der betroffene Bereich muss gespült werden!
- Lassen Sie den Mund/Rachen ausspülen, Geben Sie in kleinen Schlucken Wasser zu trinken.

Bei Verätzungen des Verdauungstraktes:

- Wirken Sie beruhigend auf den Patienten ein. Bringen Sie den Patienten nicht zum Erbrechen.
- Kontrollieren Sie regelmäßig die Vitalfunktionen. Der Verletzte braucht ständige Betreuung.
- Führen Sie die Maßnahmen nach Notwendigkeit durch. Bei einer Verätzung der Augen müssen diese gespült werden: Hierzu drehen Sie den Kopf des Patienten

Bei Verätzungen der Haut:

- Entfernen Sie sofort die entsprechenden Kleidungsstücke. Wenn kein Wasser vorhanden ist, müssen Sie die ätzenden Stoffe abtupfen.
- Versorgen Sie die Wunden mit Brandwundenverbandmaterial.

Allergie

Allergie

Eine Allergie ist eine überschießende Abwehrreaktion des Immunsystems auf bestimmte, normalerweise harmlose Stoffe. Allergien können sich in jedem Lebensalter entwickeln.

Symptome

gerötete, juckende, tränende Augen
Hautrötungen bis hin zu nässenden Ekzemen

Behandlung

Antihistaminika
Augentropfen
Nasensprays

Allergie-Typen

Typ I:

Symptome treten innerhalb von Minuten bis Stunden auf.
Heuschnupfen gehört dazu.

Typ II:

Antikörper greifen körpereigene Zellen an. Dies kann selten bei Blutunverträglichkeiten bei Transfusionen auftreten.

Typ III:

Symptome treten erst nach Stunden oder Tagen auf, Reaktion ist lokal begrenzt. Nahrungsmittelallergien können dazu gehören.

Typ IV:

Tritt nur bei direktem Hautkontakt mit dem Allergen auf, beispielsweise bei einer Latexallergie.

die häufigsten lebensmittelallergene



Vergiftungen

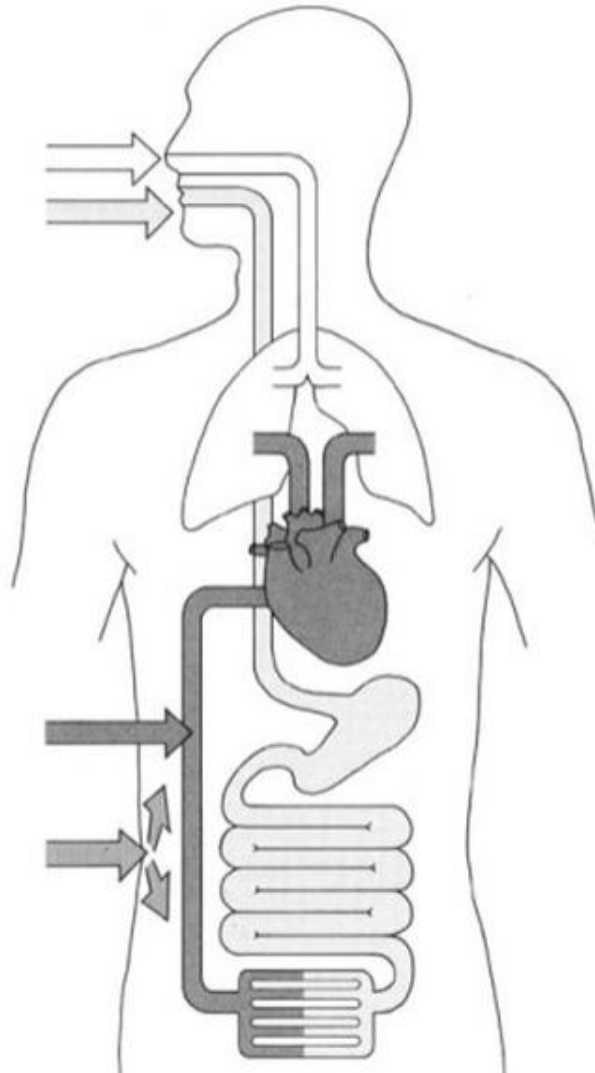
Aufnahmewege:

Über die
Atemwege

Über den
Verdauungsweg

Direkt in den
Blutkreislauf

Über die Haut



**Vorsicht bei
laufenden Motoren.
Vergiftungsgefahr!**

Symptome einer CO-Vergiftung



- Schwindel
Schläfrigkeit
starke Kopfschmerzen
Verwirrtheit
- Sehstörungen
- Schüttelfrost
- Übelkeit bis hin zum Erbrechen

Schwellung der Atemwege

Die verschiedensten Ursachen können für eine Schwellung der Schleimhäute und der Zunge verantwortlich sein. (z.B.)

- Insektenstich
- Erkrankung
(bakterielle Infektion, Krupp und Diphtherie)
- Verbrennung/b Verbrühung
- Verätzung
- Schluckbeschwerden
- Schmerz
- zunehmende Atemnot
- Blaurotverfärbung der Haut
- Panikstimmung

Therapie:

- Fordern Sie den Notfallpatienten auf, durch Lutschen von Eis oder Gurgeln mit kaltem Wasser für Kühlung zu sorgen.
- Legen Sie kalte Umschläge an.
- Veranlassen Sie den Notruf!

Verschlucken von Fremdkörpern

Fremdkörper in der Luftröhre können zu Atemnot oder zu einem Atemstillstand führen.



Ein Fremdkörper blockiert die Luftröhre.



- starker Hustenreiz durch Fremdkörper in der Luftröhre
- bei Festsitzen des Fremdkörpers in der Lunge ziehendes, pfeifendes Atemgeräusch
- Atemnot oder Atemstillstand
- Blaurotverfärbung der Haut
- Panikstimmung
- Schluckbeschwerden
- Schmerz (Speiseröhre)



- Bei herunterhängendem Oberkörper bis zu 5 Schläge mit der flachen Hand zwischen die Schulterblätter geben, um Hustenstöße auszulösen, die den Fremdkörper wieder herausbefördern.

Wenn sich der Zustand nicht bessert und der Betroffene zu ersticken droht:

- Hinter den Betroffenen stellen, seinen Oberkörper nach vorne beugen und ihn von hinten mit beiden Armen umfassen
- die Faust einer Hand in den Oberbauchbereich unterhalb des Brustbeins legen
- mit der anderen Hand die Faust umfassen und bis zu fünfmal ruckartig kräftig nach hinten oben drücken

Wenn sich der Zustand noch immer nicht bessert:

- Wiederholen der dargestellten Maßnahmen im Wechsel (jeweils 5-maliges Schlagen zwischen die Schulterblätter / Druck in den Oberbauchbereich)

Wenn der Betroffene bewusstlos wird:

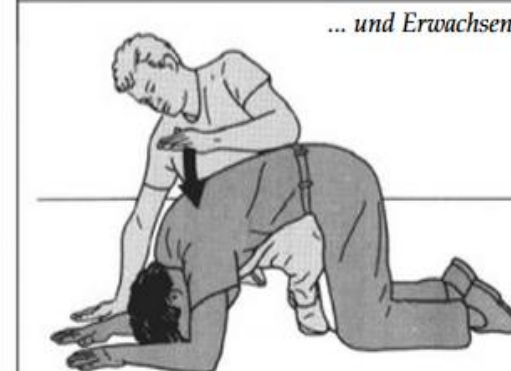
- vorsichtig auf den Boden legen und Notruf (veranlassen) – falls noch nicht erfolgt
- Herz-Lungen-Wiederbelebung
- Notruf



Haltung bei Kindern ...



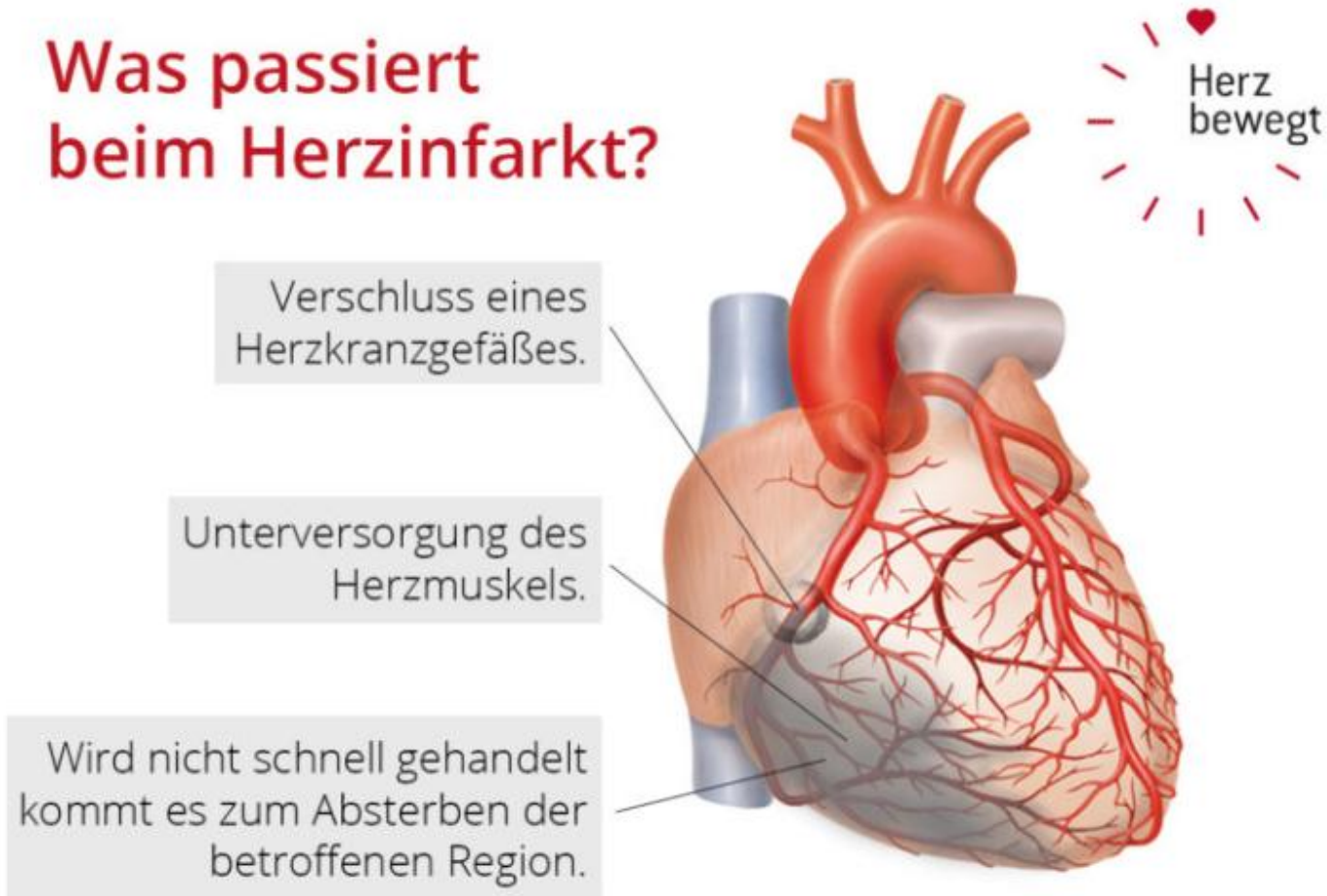
... Jugendlichen



... und Erwachsenen

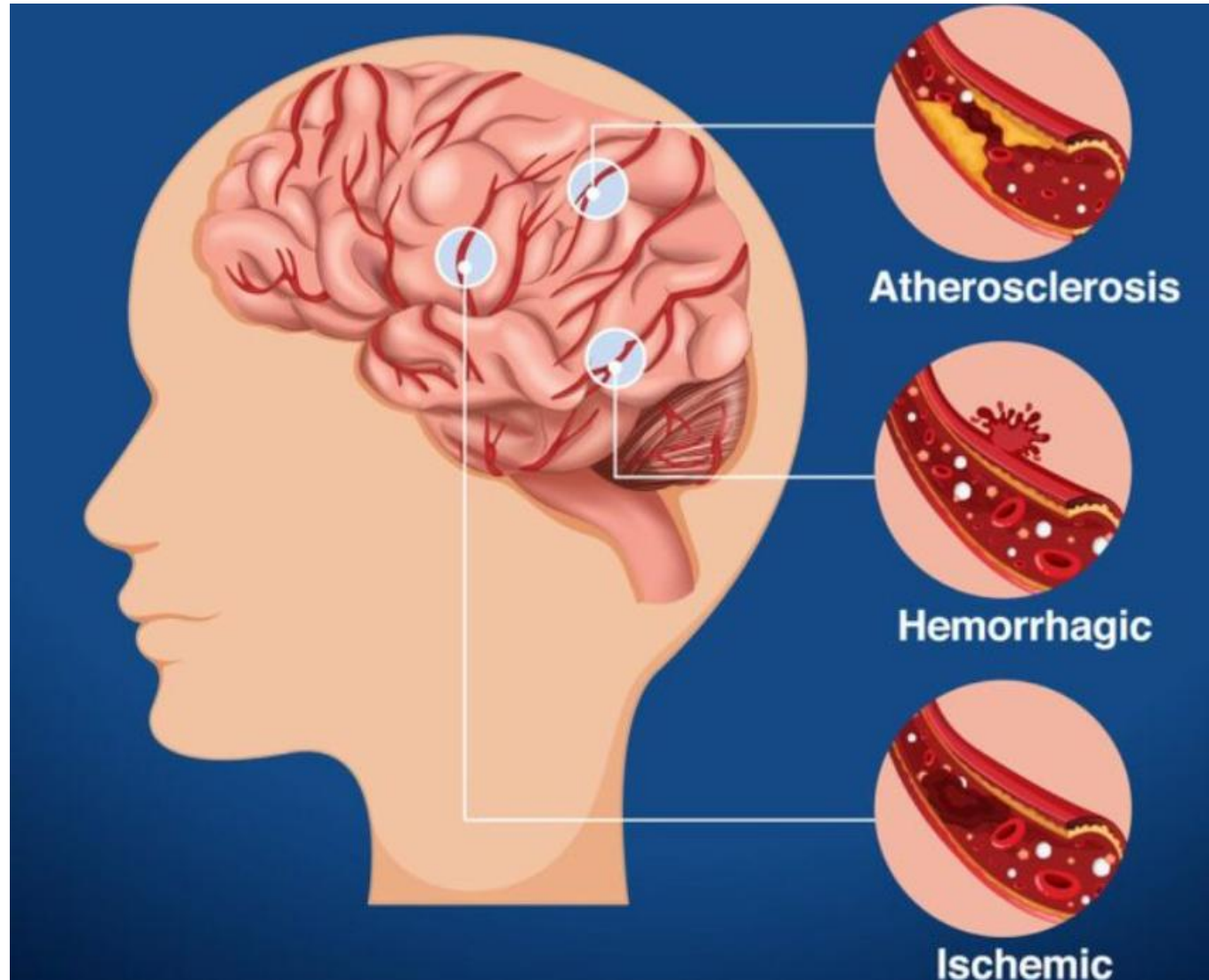
Spezielle Krankheitsbilder: Herzinfarkt

Was passiert beim Herzinfarkt?



Erste Hilfe leisten und Leben retten!

Spezielle Krankheitsbilder: Schlaganfall

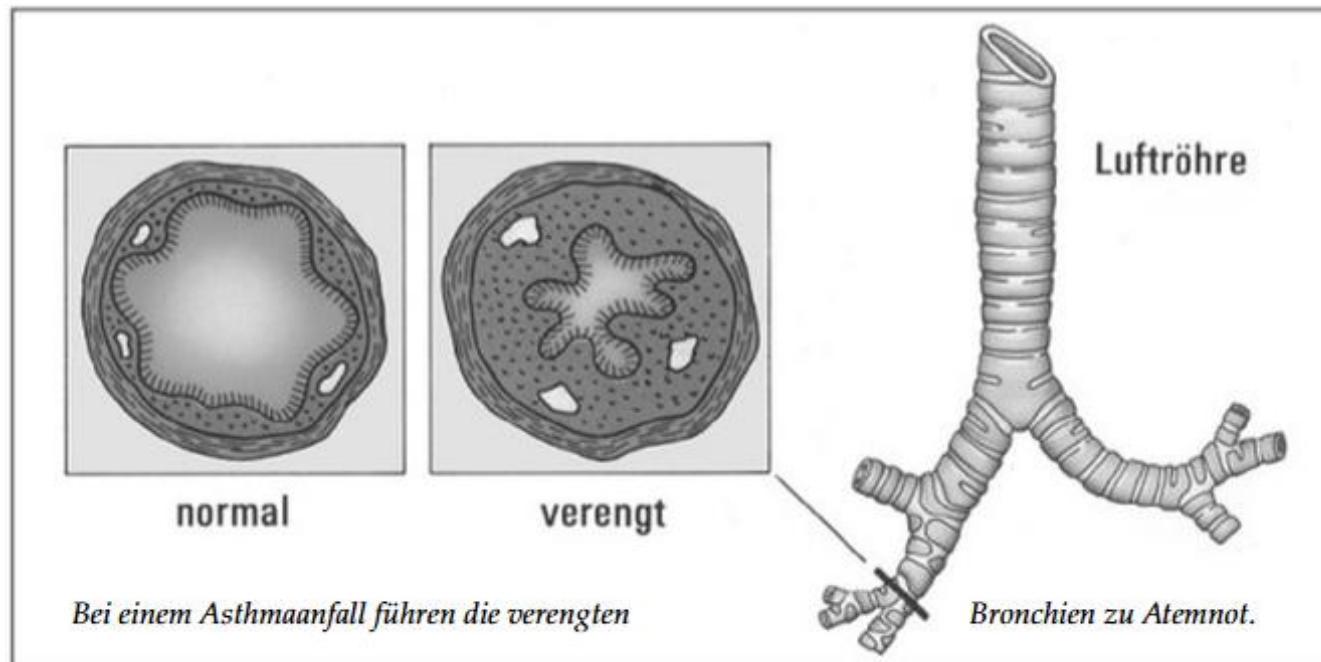


Spezielle Krankheitsbilder: Astma

Ein Asthmaanfall ist eine dramatische Form der Atemnot, die bei verschiedenen Erkrankungen als akute Notfallsituation auftreten kann. Die Dauer eines Anfalls kann kurzsein, aber auch bis zu mehreren Stunden oder Tagen betragen.

Ursächlich für eine Asthmaerkrankung sind:

- Allergien (z.B. durch Hausstaub, Tierhaare, Blütenstaub u.ä.)
- chronische Erkrankungen der Atemwege
- psychische Ursachen



Spezielle Krankheitsbilder: Epilepsie

Epilepsie: Erste Hilfe bei großem Anfall

Die meisten epileptischen Anfälle sind nach 2 – 3 Minuten vorüber. Der Anfall hört von selbst wieder auf. Die betroffene Person erholt sich auch ohne ärztliche Hilfe.



1
Die Person sackt plötzlich zusammen und zuckt. Ruhe bewahren! Auf die Uhr schauen! Den Ablauf des Anfalls einprägen.



2
Die Person sich ungehindert bewegen lassen. Gegenstände aus dem Weg räumen. NICHTS in den Mund schieben.



3
Bei der Person bleiben. Abwarten. Blick auf die Uhr: Hört das Krampfen nach 2 - 3 Minuten auf? Wenn nein, wie kann ich Hilfe rufen?



4
Die Person kommt langsam wieder zu sich. Braucht sie etwas? Mehr Ruhe? Einen Anruf bei einem Angehörigen?

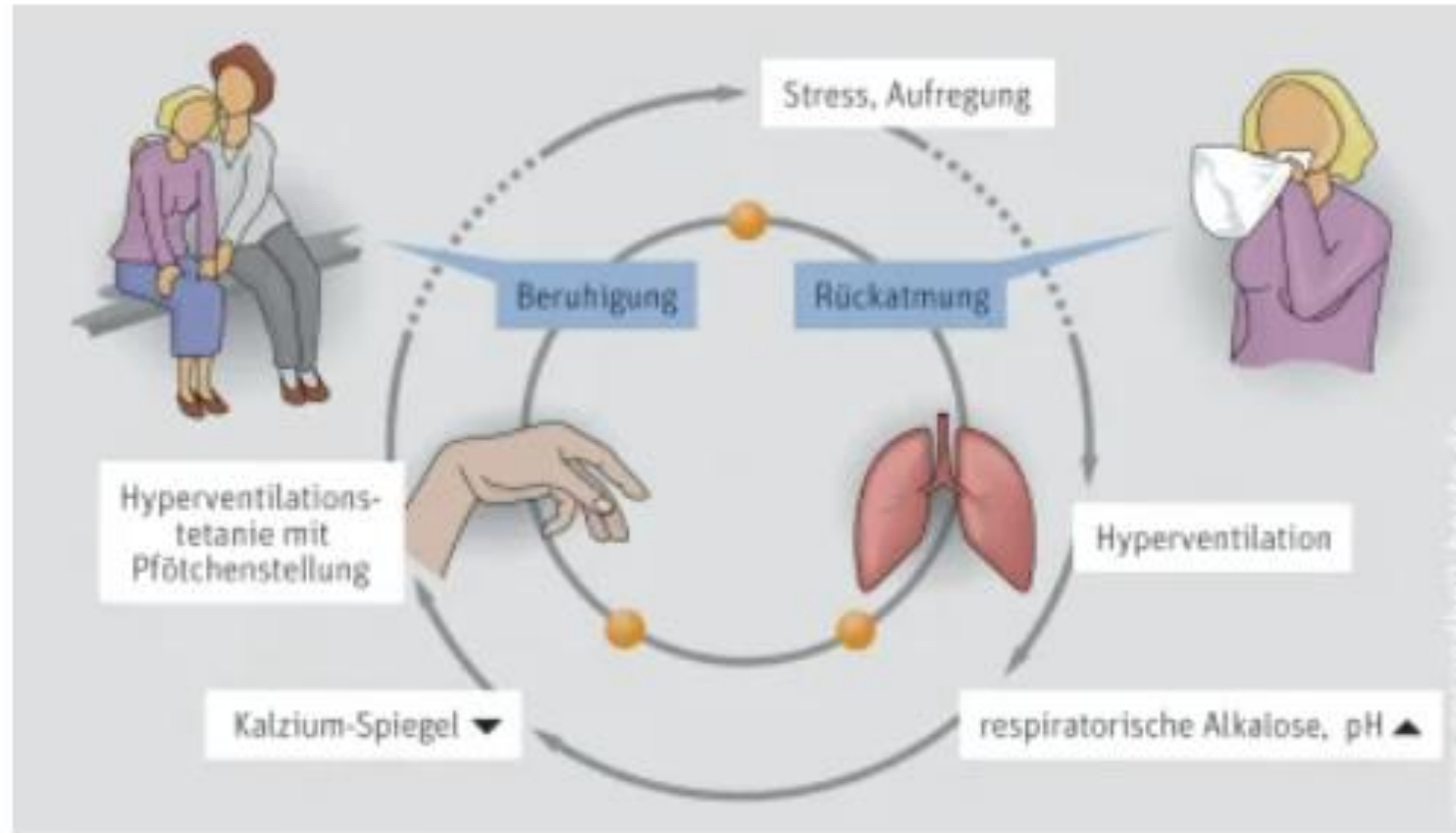


5
Der Anfall dauert 5 Minuten und länger? SOFORT den Notarzt alarmieren! Dableiben bis der Krankenwagen eintrifft.



- Der Patient fällt plötzlich um.
- Der Patient ist nicht mehr ansprechbar.
- Es kommt beim Notfallpatienten zu zuckenden Bewegungen und Verkrampfungen des ganzen Körpers oder einzelner Körperteile.
- Evtl. blutiger Speichelfluss aus dem Mund des Patienten.
- Evtl. wird der Patient einnässen.
- Nach Abklingen der Krämpfe besteht weiterhin beim Patienten eine Bewusstlosigkeit bei regelrechter Atmung.
- Nach dem Krampfanfall kann sich der Patient nicht an das Ereignis erinnern.

Spezielle Krankheitsbilder: Hyperventilation

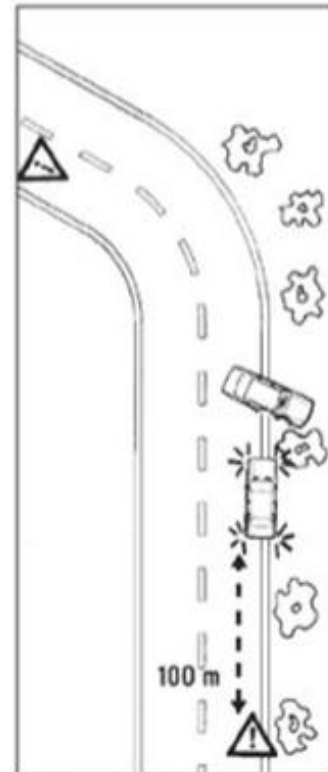
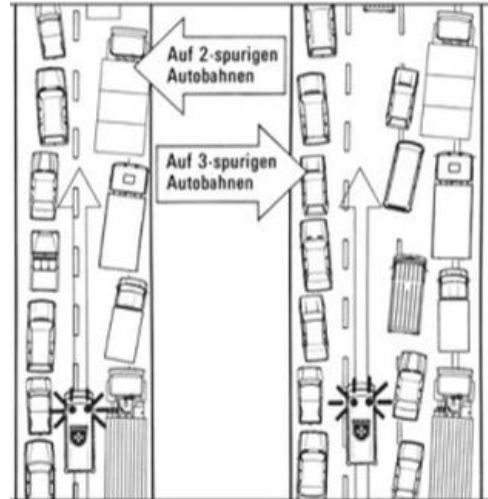


Verkehrsunfälle

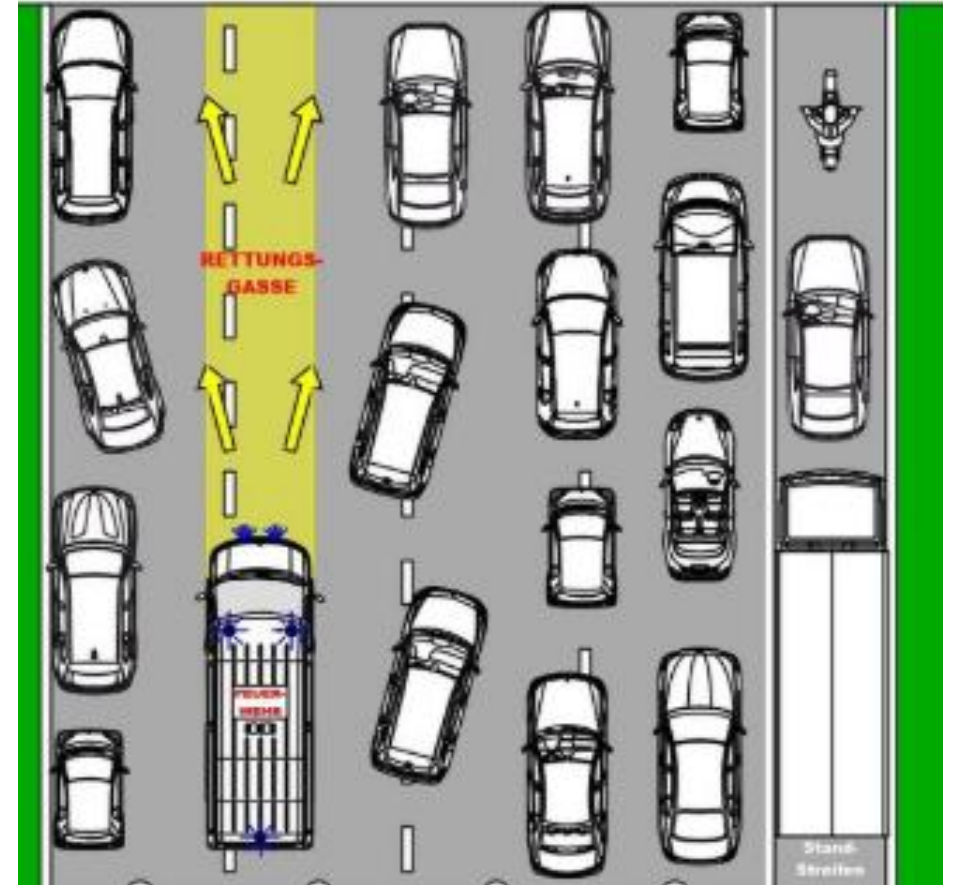
Die Teilnahme am Straßenverkehr erfordert ständige Vorsicht und gegenseitige Rücksicht! (§ 1 der StVO)

Das heißt:

- Legen Sie stets den Sicherheitsgurt an.
- Verriegeln Sie während der Fahrt nie die Fahrzeurtüren.
- Verwenden Sie die Kindersicherungen in den Fahrzeurtüren.
- Kinder gehören auf den Rücksitz und dort in einen Kindersitz.
- Motorisierte Zweiradfahrer sollten nie ohne Helm fahren und stets motorradgerechte Kleidung tragen.
- Halten Sie stets den Sicherheitsabstand ein.
- Fahren Sie nicht mit überhöhter Geschwindigkeit.
- In einem Stau müssen Sie rechtzeitig für Rettungsfahrzeuge eine Gasse bilden.



Übrig gebliebene Fragen bisher?



Wie arbeiten wir?



Pause



Rettungskette auf hoher See

Besonderheit!

Auf hoher See sind Rettungskräfte oft erst nach längerer Zeit verfügbar.
Notfälle an Bord erfordern sofortige Sicherheitsmaßnahmen.



Im Prinzip wie immer...

Notruf absetzen: Über UKW-Funk Kanal 16, 112 (Handy) oder Seenotretter (DGzRS)

Funkärztliche Beratung: Über Bremen Rescue Radio kann medizinisches Fachpersonal hinzugezogen werden

Erste Hilfe: Medizinische Versorgung an Bord mit Bordapotheke und Medizinischem Handbuch See

Evakuierung: Bei Bedarf erfolgt die Bergung durch [Seenotretter](#).



Typische Verletzungen auf See

- Schnitt- Quetsch- und Platzwunden
(Messer, Kanten, Leinen und Winschen)
- Prellungen, Frakturen, Kopfverletzungen
(Sturz, Baum etc)
- Verbrennungen (Motor, Kocher, Heizung)
- Hypothermie (Auskühlung)
- Exsikkose (Austrocknung)

Seekrankheit (Kinetose)

Ursachen:

Widersprüchliche Informationen:

Das Auge sieht einen festen Raum (z.B. Schiffskabine), während das Gleichgewichtsorgan im Innenohr Bewegung registriert.

Symptome:

Müdigkeit, Gähnen, Kopfschmerzen, Schwindel, kalter Schweiß, Blässe, Übelkeit und Erbrechen.

Faktoren:

Hunger, Kälte, Angst und Übermüdung verstärken die Anfälligkeit



Seekrankheit (Kinetose)

Tipps zur Vorbeugung und Hilfe:

Position: Mittschiffs (ruhigster Punkt) oder an Deck aufhalten.

Blickrichtung: Fixieren des Horizonts, um dem Gehirn visuelle Stabilität zu vermitteln.

Verhalten: Nicht unter Deck lesen, auf Alkohol und Rauchen verzichten.

Hilfsmittel: Ingwer (kann Übelkeit lindern), Reisetabletten, Kaugummis oder Pflaster (rechtzeitig vor der Reise anwenden).

Was tun, wenn es schon passiert ist?

Flach hinlegen, Augen schließen oder den Horizont beobachten, um den Widerspruch aufzuheben.

Bei schweren Fällen: Medikamente vom Schiffsarzt...?



Infektionen auf dem Boot

- Die räumlichen Einschränkung wird dazu führen, dass sich alle anstecken
 - Inkubationszeiten
 - Verzögern soweit möglich
 - Ausreichende Hygiene
- Typische Infektionskrankheiten mit hoher und Schneller Übertragung
 - Norovirus
 - Influenza und Andere “Grippeviren”

Hygiene

- Lagerung Lebensmittel
- Ausreichend Frischwasser
 - Abkochen, Desinfektion (zB.Chlor..?)
- Sanitäreinrichtungen insbesondere bei Erkrankungen
- Händehygien beim Zubereiten von Verpflegung
- Ausreichend Reinigungsmittel und Seife an Bord
- Ausreichende Lüftung (Senkung der Keimlast, Verhinderung von Vergiftungen zB. CO)

Was tun wenn es länger dauert?

- Druckverbände oder Abbindungen führen nach ca. 6 h zum Absterben des Gewebes danach.
- Schmerzen therapieren
- Infektionen verhindern oder behandeln
- An Wärmeerhalt denken
- Ausreichende Flüssigkeitszufuhr
- Mit Ängsten umgehen
- Was passiert wenn jemand stirbt.

Reiseapotheke

Das muss in die R

Abhängig vom Ziel sollten sie im Ur
haben, wenn sie in Deutschland ver

Blasenpflaster und
normale Pflaster

Kühlgel gegen
Insektenstiche

Durchfall-
mittel

Sonnenschutz
mit hohem
Lichtschutzfaktor

Packung Ibuprofen



BILD.de



• Erste-Hilfe-Koffer für die Schifffahrt

Sanicare
Apotheke

Produkt, PZN oder Suchbegriff eingeben



en Themenwelten Deine V

ERSTE HILFE KOFFER SAILING

Ihre Meinung ist uns wichtig! Jetzt bewerten!

ArtikelNr.: 235750

• lieferbar

279,99 €

inkl. MwSt. zzgl. Versandkosten

1



IN DEN WARENKORB

↔ Zum Vergleich hinzufügen



30 Tage Rückgaberecht



Rechnungskauf



Technische Beratung



Haben Sie noch technische Fragen zum Produkt?
Unsere Experten helfen Ihnen gerne weiter

+49 2593 915000

Mo. - Do. von 08:00

info@compass24.de

Kontakt



parset

1 St

Spartipp
(49,95 € / 1 St)

-45% AVP: 91,45 €

49,95 €

49,95 € / 1 St

1



Reiseapotheke

Bordverbandskasten/Reiseapotheke

- Klassischer Verbandskasten
 - Desinfektionsmittel/Wundspüllösung
 - Schmerzmittel (z.B. Ibuprofen aber abhängig von der Reisegruppe (Beratung durch den Hausarzt))
 - FFP 2 Masken
 - Fieberthermometer
 - Sonnenschutz!
 - Mittel gegen Übelkeit
 - Mittel gegen Durchfall und Seife
 - Essig
 - Mittel für Allergieerscheinungen
-
- Ausreichende Dauermedikation der gesamten Reisegruppe

Sonderfall:

- Antibiotikum (nur bei bestimmten Törns in Rücksprache Arzt)



Impfungen

IMPFKALENDER

Impfungen und
passive Immunisierungen

Sprache: Deutsch

IMPfung ALTER

Impfungen und passive Immunisierungen
sollten zum frühestmöglichen Zeitpunkt erfolgen.

Die Überprüfung des Impfstatus ist in jedem Lebensalter sinnvoll. Fehlende Impfungen sollten sofort,
entsprechend den Empfehlungen für das jeweilige Lebensalter, nachgeholt werden.

Empfehlungen der Ständigen Impfkommission
(STIKO), 2026. www.stiko.de

ROBERT KOCH INSTITUT



Sprache: Deutsch		in Wochen				in Monaten								in Jahren												
IMPfung	ALTER	00	06	2	3	4	5-7	8-10	11*	12	13-14	15	16-23	2-4	5-6	7-8	9-11	12-14	15-16	17	18-24	25-59	60-74	ab 75		
		U2/U3		U4			U5		U6				U7	U7a/U8	U9	U10	U11/J1	J1		J2						
RSV		Monoklonale Antikörper (Einmaldosis) ^a							N																	
Rotaviren		G1 ^b		G2	(G3)																					
Tetanus ^c			G1	N	G2		N		G3 ^d		N				A1	N		A2		N		A ^B				
Diphtherie ^c			G1	N	G2		N		G3 ^d		N				A1	N		A2		N		A ^B				
Pertussis ^c			G1	N	G2		N		G3 ^d		N				A1	N		A2		N		A3 ^B		N		
Haemophilus influenzae Typ b ^c			G1	N	G2		N		G3 ^d		N															
Poliomyelitis ^c			G1	N	G2		N		G3 ^d			N						A1			N					
Hepatitis B ^c			G1	N	G2		N		G3 ^d				N													
Pneumokokken ^c			G1	N	G2		N		G3 ^d		N													S ⁱ		
Meningokokken B ^c			G1	N	G2		N			G3 ^e		N														
Masern								G1	N	G2					N							S ^h				
Mumps, Röteln								G1	N	G2					N											
Varizellen								G1	N	G2					N											
Humane Papillomviren																	G1 G2 ^f		N							
Meningokokken ACWY																		G1		N						
COVID 19																					G ^j		S ⁱ (jährlich)			
Herpes zoster																							G1 G2 ^k	N		
Influenza																							S (jährlich)			
RSV (Impfung)																								S ^l		

ERLÄUTERUNGEN

G GRUNDIMMUNISIERUNG
(In bis zu 3 Teilimpfungen G1 – G3)

S STANDARDIMPFUNG

A AUFFRISCHIMPFUNG

N NACHHOLIMPFUNG
(Grundimmunisierung aller noch nicht Geimpften
bzw. Komplettierung einer unvollständigen Impfserie)

U Früherkennungsuntersuchung

J Jugenduntersuchung
(J1 im Alter von 12–14 Jahren)



Reiseimpfungen...?!

Häufig empfohlene Reiseimpfungen (nach Reiseziel/Art):

- [Hepatitis A & B](#): Standard für die meisten Auslandsreisen, besonders bei geringen Hygienestandards.
- [Tollwut](#): Empfohlen bei Reisen in Risikogebiete mit Kontakt zu Tieren (z. B. Asien, Afrika, Teile Südamerikas).
- [Typhus](#): Ratsam bei Reisen in Gebiete mit mangelhafter Trinkwasser- und Lebensmittelhygiene.
- [Gelbfieber](#): Pflichtimpfung für bestimmte Länder (Afrika, Südamerika) bei Einreise.
- [Japanische Enzephalitis](#): Wichtig bei längeren Aufenthalten in ländlichen Gebieten Asiens.
- [Meningokokken \(ACWY/B\)](#): Empfohlen für spezifische Regionen (z. B. "Meningitis-Gürtel" in Afrika) oder bei engem Kontakt zur Bevölkerung.
- [FSME](#): Für Reisen in FSME-Risikogebiete (auch in Europa).
- [Cholera](#): Bei Reisen in Gebiete mit schlechter sanitärer Infrastruktur.

Impfungen: Pro- und Kontra

Vorteile:

- Individueller Schutz: Impfungen schützen vor schweren Krankheitsverläufen, Langzeitfolgen und Tod.
- Herdenimmunität: Eine hohe Impfquote schützt auch vulnerable Gruppen, die nicht geimpft werden können (z. B. Neugeborene).
- Ausrottung von Krankheiten: Erfolge wie die Pockenbeseitigung zeigen die Wirksamkeit.
- Wirtschaftlicher Nutzen: Sie sind eine kosteneffiziente Maßnahme im Gesundheitswesen.
- Geringeres Risiko: Das Risiko von Impfkomplicationen ist im Vergleich zu den Risiken der Erkrankung selbst äußerst gering.

Contra-Argumente / Bedenken:

Nebenwirkungen: Impfreaktionen (Schmerzen an der Einstichstelle, Fieber) sind häufig, ernste Impfschäden sind sehr selten, aber möglich.

Kein 100%iger Schutz: Impfungen garantieren keine vollständige Immunität bei jedem Geimpften.

Skepsis bezüglich Schnelligkeit: Bedenken hinsichtlich der Entwicklungs- und Zulassungsgeschwindigkeit neuer Impfstoffe.

Ethik/Selbstbestimmung: Debatten über Impfpflicht und den Eingriff in die körperliche Selbstbestimmung.

Überlastung des Immunsystems: Widerlegte, aber oft genannte Sorge, dass zu viele Impfungen das Immunsystem schwächen



Impfungen: Entscheidungshilfe

<https://www.rki.de/DE/Themen/Infektionskrankheiten/Impfen/Informationsmaterialien/Impfmythen/falschinformationen-wirksam-aufklaeren-node.html>



[PRESSE](#) [KARRIERE](#) [PUBLIKATIONEN](#) [ENGLISH](#) [LEICHTE SPRACHE](#) [GEBÄRDENSPRACHE](#)

Aktuelles Themen Institut

A-Z



[Themen](#) [Infektionskrankheiten](#) [Impfen](#) [Informationsmaterialien zum Impfen](#)

Impfmythen: Falschinformationen wirksam aufklären

Stand: 03.12.2025

Falschinformationen gab es schon
der schnellen Informationswei

<https://individuelle-impfentscheidung.de>

ÄFi

ÄRZTINNEN UND ÄRZTE FÜR INDIVIDUELLE IMPFENTSCHEIDUNG

Unser Wissen
für Ihre Entscheidung.

[Startseite](#) > [Aktuelles](#) [Standpunkte](#) [Aktionen](#) [Impfungen](#) [Impfberatung](#) [Fortbildung](#)



Meine eigenen Impfbücher





VIELEN DANK FÜR IHRE AUFMERKSAMKEIT!



KLINIK FÜR UNFALLCHIRURGIE UND ORTHOPÄDIE,
REKONSTRUKTIVE UND SEPTISCHE CHIRURGIE,
SPORTTRAUMATOLOGIE



**Bundeswehrkrankenhaus
ULM**
Akademisches Krankenhaus der Universität Ulm



zertifiziertes **überregionales
TRAUMAZENTRUM**
TraumaNetzwerk DGU® Z11492
TraumaNetzwerk
Ulm



ISO 9001
Certifiziertes
Qualitätsmanagementsystem
www.tuv-sud.com/tms-zert