

Was tun im Notfall ? → Stehe ruhig und sammle Dich!!!



**Schauen**  
Situation überblicken / Was ist passiert

**Denken**  
Gefahren erkennen / Hirn einschalten

**Handeln**  
Für Sicherheit sorgen / eigene Sicherheit /  
gekreuzte Ski auf Piste  
Notruf **144**  
Leiste 1. Hilfe nach bestem Wissen /  
Du kannst es !!!

#### Meldeschema

**Wo** befindet sich der Patient / Ereignisort?  
**Wer** meldet und wie ist Meldeperson zurück erreichbar?  
**Was** ist passiert?  
**Wann** ist es passiert?  
**Wie** viele Verletzte / erkrankte Personen sind involviert?

**Bagatellfälle** → Selbsthilfe;

→ Vermerk auf Tagesrapport an Kader

**Mittleres Ereignis** → Gast geht evtl. selbstständig zum Arzt, ggf  
144 → Umgehende Benachrichtigung an Tageskader und Vermerk auf Rapport

**Schweres Ereignis** → Alarm 144

→ Umgehende Benachrichtigung an Tageskader und Vermerk auf Rapport

**Unterkühlung ist eine der grössten Gefahren**

**Immer Kälte-/Wind-/Wärmeschutz berücksichtigen, bis zum Eintreffen der Rettungskräfte (Rettungsfolie)**  
**Kein Alkohol oder andere Getränke einflößen**

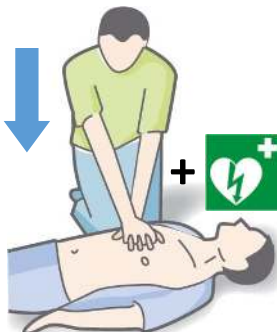
## Patientenbeurteilung

1. Patient ansprechen
2. Atmet der Patient?
3. Blutet der Patient?
4. Wo hat der Patient Schmerzen? (siehe Bodycheck)
5. Kann der Patient selbständig Arme und Beine bewegen?

## Seitenlage bei Bewusstlosigkeit, Patient atmet



## Reanimation bei Atem- und Kreislaufstillstand / Einsatz AED (Defi)



Druckpunkt Mitte Brustbein  
30 Kompressionen, 2 Beat-  
mungen  
5-6 cm tief drücken  
100-120 Kompressionen pro  
Minute  
vollständige Entlastung

Beatmung bis Brustkasten sich  
bewegt  
pro Beatmung 1 Sek

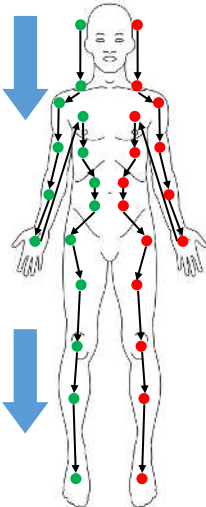
Einsatz AED schnellst möglich

**Druckverband bei starken Blutungen → Notruf 144**



Wundauflage mit 2-3 Kreistouren mit saugfähiges Druckpolster, weitere Kreistouren unter mässigem Zug  
 evtl. bei sehr starken Blutungen 2. Druckverband über 1. Druckverband  
 Im Grundsatz ist alles Material erlaubt, welches Saugfähig ist und die Blutung stoppen kann  
 Sterilität ist zweitrangig, immer 144 alarmieren

**Patientenuntersuch/Bodycheck, wenn keine Lebensgefahr / SAMPLER**



Untersuch von Kopf bis Fuss  
 Immer von Oben nach unten  
 Links und Rechts gleichzeitig →  
 Seitenvergleich  
 Linke Hand mit Tasten und leichtem Druck  
 Rechte Hand mit Tasten und leichtem Druck

Befrage den Patienten nach dem Bodycheck nach:  
 S ymptome  
 A llergien  
 M edikamente  
 P atientengeschichte (Vorerkrankungen)  
 L etzte Mahlzeit  
 E reignis vor dem Unfall  
 R isikos (zB. Diabetiker, Blutverdünnt)  
 S chwanger

## Wie erkenne ich Frakturen, Ausrenkungen und Stauchungen?



**Erkennen durch:** Fehlstellung, Abnormale Beweglichkeit, Starke Schwellung, Bewegungsunfähig mit Schmerzen. Bluterguss, Evtl. kalte Extremität und schlecht durchblutet!

**Deine Handlung...** Mach es mit dem PECH-Schema...  
**P**ause (Ruhigstellen)  
**E**is (Kühlen nur wenn keine Unterkühlung erfolgt, gut gegen Schmerzen)  
**C**ompression / Fixation  
**H**ochlagern wenn möglich

## Immobilisation Halswirbelsäule bei kurzer Ohnmacht, Gedächtnisverlust, Bewusstlosigkeit mit Sturz auf Kopf



**Eine Hand greift:** unter den Nacken ohne anzuheben und stützt den Kopf ohne Zug  
Die andere Hand drückt leicht gegen die Schulter  
Der Kopf wird zwischen den Unterarmen geführt  
Bei Bewusstlosen nach Sturz auf den Kopf muss der Patient mit diesem Griff und mindestens 1 weiteren Person in die Seitenlage gedreht werden