

Projekttagbuch Malteser

Ich war in dem zweiten Projekt in dem Malteser Erste-Hilfe-Kurs. Unser Ziel war es, am Ende den Erste-Hilfeschein zu bekommen und bei Unfällen zu wissen was zu tun ist.

Malteser



Dazu haben wir uns am ersten Tag mit Frau Geitzhaus vor allem mit der direkten Behandlung bei lebensgefährlichen Situationen beschäftigt. Das wichtigste bei ernsthaften Unfällen ist, sich Hilfe zu holen. Als Ersthelfer ist man nicht für die vollständige Genesung zuständig, sondern für die Betreuung und erste Hilfeleistung. Die erste Hilfeleistung ist nicht nur die erste Behandlung mit Pflaster und Verband, sondern im Ernstfall auch die Sicherung des Überlebens bis zum Eintreffen von Fachpersonal. In einem Notfall ist es also wichtig, sich Hilfe zu holen. Ist bei einem Unfall die geschädigte Person ansprechbar aber verletzt, ist es wichtig, zuerst die Wunde zu verschließen, bevor der Notruf getätigt wird. Zu diesem Thema haben wir uns den Druckverband angeschaut, welcher die Wunde zudrückt und ihn an unseren eigenen Armen geübt. Ist die Person allerdings nicht ansprechbar, also bewusstlos, muss man die Atmung kontrollieren, denn schon wenige Minuten ab dem Zeitpunkt, wenn kein Sauerstoff mehr im Blut ist, führen zu bleibenden Gehirnschäden bis hin zum Hirntod. Bei der Kontrolle der Atmung ist es wichtig den Kopf zu überstrecken, also nach hinten zu kippen, da die Zunge sonst die Atemwege blockieren kann, was zu einer falschen Diagnose führen kann. Atmet die Person noch, wird sie in die stabile Seitenlage gebracht, damit eben dies nicht passiert und die Atemwege freibleiben. Erst jetzt, falls man alleine ist und keine zweite Person es schon vorher hätte tun können, wird der Krankenwagen gerufen. Die stabile Seitenlage haben wir im Kurs gelernt und mit Partnern geübt. Ist die Atmung bei einer Person allerdings nicht mehr vorhanden, muss nach getätigtem Notruf eine Herz-Lungen-Wiederbelebung bis zum Eintreffen des Krankenwagens oder bis zur erfolgreichen Wiederbelebung erfolgen. Mit einer Herzmassage wird das Blut mit dem restlichen Sauerstoff am Zirkulieren gehalten, damit die lebenswichtigen Organe mit Sauerstoff versorgt werden. Diese erfolgt durch dreißigmaliges Drücken aufs Brustbein. Die Herzmassage übten wir mithilfe von Puppen in zwei Gruppen. Danach erfolgt eine Mund zu Mund Beatmung, bei der man zweimal Luft in die Lunge pustet. Im Wechsel ergeben die beiden Vorgänge die Herz-Lungen-Wiederbelebung. Wenn man die Möglichkeit hat einen AED Defibrillator zu beschaffen, ohne allerdings die Behandlung abzubrechen, ist das auch empfehlenswert. Was bei der ersten Hilfe auch noch sehr wichtig ist, dass man sich selbst nie in Gefahr bringt. Nach den überlebensnotwendigen Maßnahmen haben wir uns noch dem Thema Seelensorge gewidmet. So ist es zum Beispiel wichtig, dem Opfer ein sicheres Gefühl zu geben und ihn an einen ruhigen warmen Ort zu bringen, falls es möglich ist.

Insgesamt habe ich von dem ersten Tag mitgenommen, dass erste Hilfe immer praktisch ist und es immer wichtig ist, mit seinem zur Verfügung stehenden Mitteln zu helfen. Außerdem ist erste Hilfe gar nicht so schwierig, wie man im ersten Moment denkt. Wir wurden gut von Frau Geitzhaus durch den Tag geführt, und ich konnte viel aus dem ersten Tag mitnehmen.

Am zweiten Tag begrüßte uns der Vater Georg Geitzhaus, um mit uns den Erste-Hilfe-Kurs fortzuführen. Wir besprachen weitere mögliche Verletzungen, bei denen unterschiedliche Maßnahmen getroffen werden müssen. Neben den Druckverbänden gibt es auch noch normale Wundverbände, die für einfache bis schwere Verletzungen verwendet werden können. Wundverbände werden mit einem Keimfreien Material angefangen, das mit einem Verband oder Dreieckstuch befestigt wird. Im Verbandskasten gibt es auch sterile Verbände, welche direkt mit einer Kompresse verbunden sind. Auch hier gibt es Besonderheiten, zum Beispiel bei einer Person, die ein Messer in der Hand stecken hat, ist es wichtig, dieses nicht zu entfernen. Reinigungen der Wunden und Entfernungen von Fremdkörpern dürfen nur im Krankenhaus durchgeführt werden. Stattdessen wird versucht das Objekt zu stabilisieren, damit es nicht weiter in die Person eindringt. Ein weiteres Thema, das wir besprochen haben, waren Brüche. Brüche werden nicht mehr geschient wie früher, da man probiert, die Person in einer möglichst bequemen Lage zu lassen, ohne die Bruchstelle zu sehr zu bewegen, um weitere Verletzungen zu vermeiden. Trotzdem ist es bei einem äußeren Bruch, einem Bruch bei dem die Haut äußerlich verletzt wurde, wichtig die Wunde steril abzudecken. Es kann auch vorkommen, dass bei einem Unfall großflächige Schürfwunden oder Verbrennungen entstehen. Diese muss man einfach mit einem sterilen Verbandstuch abdecken und locker befestigen. Auch hier haben wir mit vielen praktischen Übungen unser Wissen vertieft. Die ganzen Übungen haben mir insgesamt sehr gut gefallen. Nach einer kurzen Pause widmeten wir uns dem eher theoretischen Teil des Workshops, dem Katastrophenschutz. Zu dem Katastrophenschutz haben wir uns zum Einstieg am Beispiel einer Gruppe, die in einer Hütte eingeschneit wurde und verschiedene Gegenstände dabei haben, überlegt, was zum Überleben am wichtigsten ist. An erster Priorität stand bei uns das Wasser. An zweiter Dosenravioli, ein Taschenmesser und ein batteriebetriebenes Radio. Insgesamt haben wir uns dann in verschiedenen Notfallsituationen überlegt, was zu tun ist, was man machen kann, worauf man achten kann und wie man vorsorgliche Maßnahmen treffen kann. Hier gibt es mir schon Sicherheit, dass wir uns einmal mit dem Thema beschäftigt haben und ich bei möglichen Notsituationen weiß, worauf ich achten muss.



Bei den Ersthelfern hat der Eigenschutz erste Priorität, deshalb haben wir uns schließlich noch die Sicherung bei Verkehrsunfällen angesehen. Zum Abschluss haben wir uns angeschaut, wie man einem Motorradfahrer den Helm abnimmt, ohne ihn zu verletzen.

Alles in allem waren die zwei Tage sehr informativ und abwechslungsreich und ich bin mir sicher, dass ich bei dem nächsten Unfall erste Hilfe leisten kann. Auch die Organisation ist gut verlaufen und es hat mir viel Spaß gemacht.