

4. Wie du zum „HELD“ wirst

Die nächste große Hilfe für den Verletzten nach dem Absetzen des Notrufes ist, wenn du einfach für ihn da bist. Sag dem Patienten: „Ich bin da“, und zeig, dass du ihm helfen willst. Somit fühlt sich die Person gleich sicherer und weiß, dass sie in dieser Notsituation nicht allein ist. Habe keine Angst vor Fehlern, der einzige Fehler, den du machen kannst, ist nichts zu tun! Bleib an der Seite des Patienten, somit gibst du ihm das Gefühl von etwas Sicherheit und bringst ihm so schon die wichtigste Hilfe entgegen.

Natürlich flattern in solchen Situationen nicht nur dem Patienten die Nerven, sondern auch dir, als demjenigen, der ihm helfen will.

Damit du trotz etwas Aufregung nicht vergisst, wie du dem Patienten helfen kannst, beinhalten die nächsten Seiten eine kleine Eselsbrücke: Merk dir einfach den Begriff „**H-e-l-d**“. Jeder Buchstabe steht dabei für den Anfangsbuchstaben einer helfenden Tätigkeit.

Hilfe rufen: Damit dem Patienten professionelle Retter zur Hilfe eilen, müssen diese natürlich erst verständigt werden. Falls dies noch nicht geschehen ist, musst du den Notruf wählen oder zumindest veranlassen, dass ein Erwachsener oder anderer Helfer den Notruf absetzt. Was genau du dabei beachten musst, hast du im Kapitel „Der Notruf“ gelernt.



Der junge Mann ist verletzt! Das Absetzen des Notrufes ist ein wichtiger Schritt, um dem Patienten zu helfen.

Ermutigen / den Patienten beruhigen: Wie bereits erläutert kannst du dem Patienten am schnellsten helfen nach dem Absetzen des Notrufes, indem du dem Patienten zeigst, dass „du da bist“. Stell dich vor, also sag der hilfesuchenden Person deinen Namen. Sieh dem Patienten dabei in die Augen und wende deinen Körper in seine Richtung. Informier ihn darüber, dass weitere Hilfe bereits unterwegs ist. Somit vermittelst du nicht nur ein Gefühl von Sicherheit, sondern lässt die hilfesuchende Person auch wissen, dass sie in dieser Situation nicht allein ist.



Eine helfende Hand auf der Schulter verschafft Sicherheit und gibt dem Patienten Hoffnung.

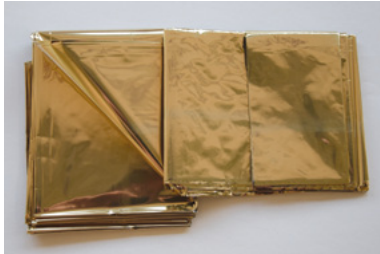
Lebenswichtige Funktionen überprüfen:

Nachdem du die ersten beiden Punkte beachtet hast, gibt es ein paar wichtige Dinge, die du überprüfen solltest. Genaueres hierzu erfährst du im Kapitel „Was braucht man zum Leben?“.

Decke/Wärmeerhalt:

Kranke und verletzte Menschen laufen meistens nicht mehr umher. Da die Körperbewegungen aber einen wichtigen Anteil dazu leisten, dass der menschliche Körper nicht zu schnell an Wärme verliert, unterkühlen diese Patienten deswegen schneller als gesunde und sich bewegende Personen. Auch gibt es einige Verletzungen, die einen schnellen Wärmeverlust des Körpers begünstigen können. Zusätzlich kühlen die Patienten auch schneller aus, wenn sie auf einem kalten Untergrund wie zum Beispiel der Straße liegen. Aus diesem Grund solltest du versuchen, dem Patienten Wärme zu spenden, damit er nicht friert. Die einfachste Möglichkeit ist das Überlegen einer warmen Decke. Dafür eignet sich zum Beispiel die Rettungsdecke, welche du in allen „Erste-Hilfe-Sets“ finden kannst. Wenn du mehr als nur eine Decke zur

Verfügung hast, kannst du nach Möglichkeit auch eine andere Decke unter den Patienten legen, damit er über den Boden nicht so schnell auskühlt.



Eine Rettungsdecke ist eine gute Möglichkeit, um dem Patienten Wärme zu spenden!



Da dieser Patient auf dem kalten Boden sitzt, verliert sein Körper schnell an Wärme. Die Rettungsdecke hilft, den Patienten warmzuhalten. Wenn möglich solltest du auch eine Decke unter den Patienten legen.