

Samstag, 26. Juli 2008 15:09 Alter: 11 Jahr/e

## Die wichtigsten Erste-Hilfe-Handgriffe für den Sommer, Teil 2 und 3

[Von: DRK-Generalsekretariat](#)

Wenn alle Welt an Badeseen und Grillplätze strömt - dann ist auch Hochsaison für kleine Unglücksfälle. In einer sechsteiligen Serie erklärt Stefan Osche, Erste-Hilfe-Experte beim Deutschen Roten Kreuz, die wichtigsten Handgriffe bei Verbrennungen, eingedrungenen Glasscherben, verschluckten Insekten, Sonnenstich, starkem Sonnenbrand und Nasenbluten.

### **Teil 2: Glasscherbe im Fuß**

Grundregel: Die Scherbe nicht entfernen - vor allem, wenn sie größer als einen Zentimeter ist oder sehr tief sitzt. Sonst kommt es zu weiteren Verletzungen oder es blutet stark nach. Die eingedrungene Glasscherbe beispielsweise mit Mullbindenpäckchen umpolstern und locker verbinden. Den Fuß hoch lagern und den Patienten zum Arzt bringen, bzw. den Rettungsdienst rufen. Wichtig: Tetanus-Schutz abklären!

Das Rote Kreuz rät: Barfuß laufen ist gesund und entspannend. Achten Sie aber gut auf Verletzungsgefahren auf Ihrem Weg. In Gewässern kann die Unfallgefahr durch das Tragen von Badeschuhen verringert werden.

### **Teil 3: Insekt verschluckt**

Beim Picknick auf der Wiese oder beim kühlen Getränk im Biergarten ist es schnell passiert: Eine Wespe wird versehentlich verschluckt. Durch allergische Reaktionen auf das Insektengift können Schleimhäute und Zunge anschwellen, die Atemwege können sich innerhalb kürzester Zeit verengen oder ganz verschließen - der Betroffene kann ersticken!

Hier gilt schnelles Handeln. In jedem Fall sofort den Rettungsdienst alarmieren (Notruf: 112) und ganz schnell von innen und außen kühlen. Dazu den Patienten Eiswürfel oder Speiseeis lutschen lassen (wenn er schlucken kann!) und den Hals mit kalten Umschlägen oder Kühlelementen kühlen, bis der Rettungsdienst eintrifft.

Das Rote Kreuz rät: Vorbeugen ist hier die beste Medizin. Getränke und Nahrung im Freien immer abdecken. Aus dunklen Gefäßen, wie Getränkedosen, möglichst nur mit Strohhalme trinken. Jeden Bissen und jedes Getränk vor der Einnahme gut anschauen. Insekten nicht durch hektische Bewegungen bedrängen. Personen, bei denen eine Insektengiftallergie bekannt ist, sollten für den Notfall die vom Arzt verordneten Medikamente bei sich tragen.

Übernächsten Freitag folgen Teil 4 und 5 der DRK-Erste-Hilfe-Serie, dann zum Thema Sonnenstich und "Starker Sonnenbrand". Einen Erste-Hilfe-Kurs in Ihrer Nähe finden Sie unter [www.brk-muenchen.de](http://www.brk-muenchen.de).

