

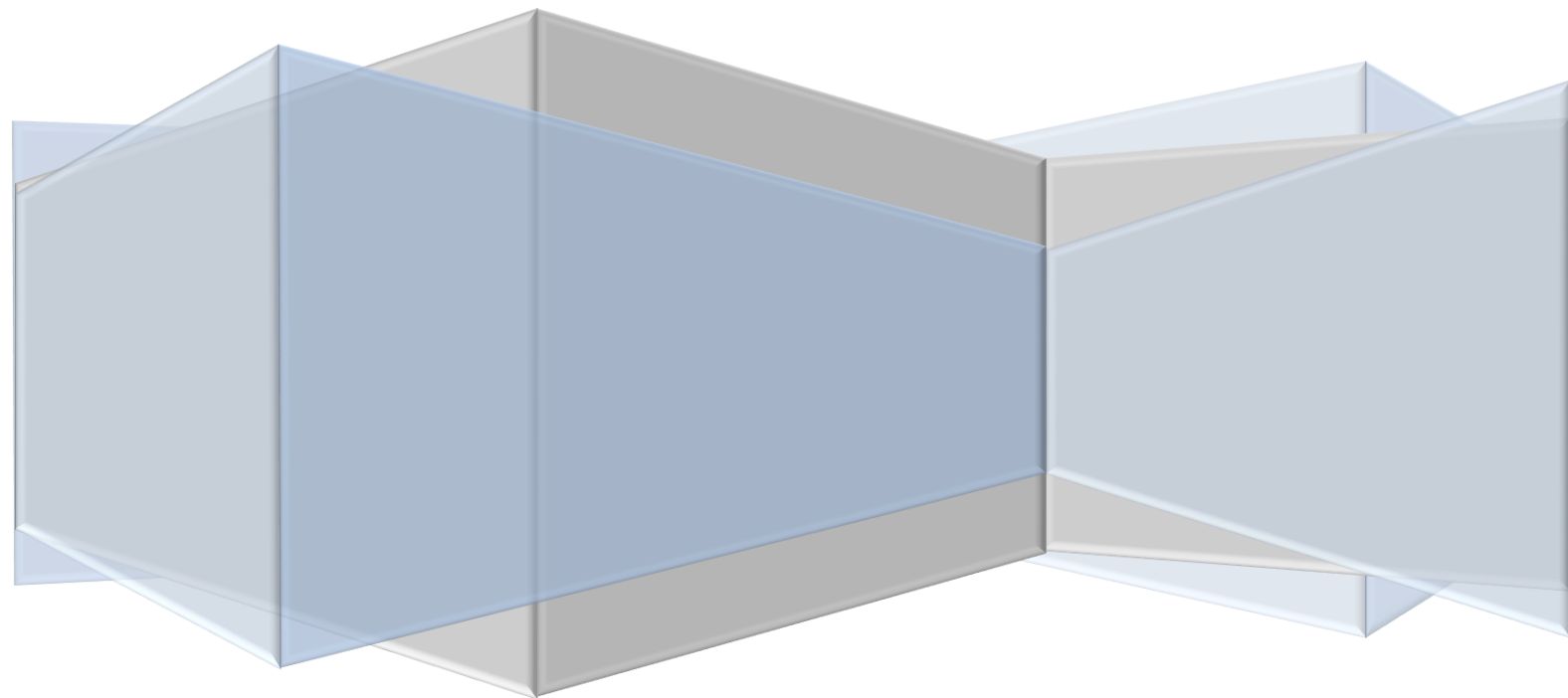


Medical Solutions Education Leipzig

Erste Hilfe für Babys und Kinder

Das solltest Du wissen

Rainer William Dougie Mac Dalkeith-Schmidt



Erste Hilfe für Babys und Kinder – das solltest du wissen

Wenn ein kleines Kind in Not gerät, ist schnelles Handeln gefragt.

Darum geht's:

- Was ist zu beachten, wenn ein Kind Hilfe braucht?
-
- Erste Hilfe bei Stürzen
-
- Erste Hilfe bei Verbrennungen und Verbrühungen
-
- Erste Hilfe bei Vergiftungen
-
- Erste Hilfe bei Stromunfällen
-
- Erste Hilfe bei Bewusstlosigkeit
-
- Erste Hilfe nach Verschlucken
-
- Erste Hilfe bei Sonnenstich und Hitzeschlag
- Erste Hilfe bei Insektenstichen
- An wen solltest du dich im Notfall wenden?
-
- Warum ein Erste-Hilfe-Kurs Sinn macht

Was ist zu beachten, wenn ein Kind Hilfe braucht?

Kinder sind von Natur aus neugierig, unternehmungslustig und immer bereit für das nächste Abenteuer.

Doch häufig überschätzen sie dabei ihre eigenen Fähigkeiten und unterschätzen gleichzeitig mögliche Gefahren.

Da sind Unfälle an der Tagesordnung –

und diese Erfahrungen sind auch nötig, um ein Gefühl für Risiken zu entwickeln.

Insofern sollten Kinder nicht zu sehr behütet und nicht jeder Unfall dramatisiert werden.

Dennoch lauern eine Menge Gefahren auf Kinder. Deshalb ist es wichtig, dass du unterscheiden kannst, wann ein Baby oder Kleinkind vor allem liebevollen Trost oder wirklich schnelle Hilfe braucht.

Dafür ist es wichtig, selbst die Ruhe zu bewahren und dem Kind ein Gefühl von Sicherheit zu vermitteln.

So kannst du auch schneller erkennen, wie ernst die Situation ist. Im Zweifelsfall gilt immer: Lieber einmal zu viel, als einmal zu wenig den Notarzt rufen – unter der 112!

Den Notarzt rufen

Den Rettungsdienst erreichst du unter der Telefonnummer 112. Folgende Informationen benötigt er von dir:

- **Wer** ruft an?
-
- **Was** ist passiert?
-
- **Wo** wird Hilfe benötigt?
-
- **Wer** ist betroffen? Beziehungsweise **wie viele** Kinder sind betroffen?
-
- **Welche** Verletzungen gibt es?
-

Wichtig: Warte bitte ab, ob es noch Rückfragen gibt. Und: Falls du Unterstützung bei der Ersten Hilfe brauchst, bekommst du sie als telefonische Anleitung, bis der Arzt oder die Ärztin vor Ort eingetroffen ist.

Erste Hilfe bei Stürzen

Sobald Kinder mobil werden, können sie stürzen. Beim Drehen auf der Wickelkommode, den ersten Gehversuchen, beim Fahrradfahren. Häufig ist das harmlos. Doch wie sollen Erwachsene im ersten Schreckmoment erkennen, wie ernst die Lage ist?

Bei Kopfverletzungen aufpassen!

Häufig ist der Kopf betroffen, dann ist besondere Vorsicht geboten.

Zwar heilen auch Gehirnerschütterungen in der Regel problemlos aus – aber sie können auch mit Hirnblutungen einhergehen.

Ein wichtiges Kriterium ist: War das Kind bewusstlos? Dann solltest du immer sofort den Notarzt alarmieren. Das gilt auch, wenn das Kind

- . benommen ist**
- . doppelt sieht**
- . sich erbricht**
- . teilnahmslos oder verwirrt wirkt**
- . nicht mehr richtig spricht.**

Übrigens: Die Auswirkungen eines Sturzes können sich erst Stunden oder bis zu zwei Tage später zeigen.

Lass das Kind möglichst nicht allein und achte auch nachts auf seinen Zustand.

Bei Alarmzeichen wie Erbrechen, plötzlicher Müdigkeit, Kopfschmerzen und pausenlosem Schreien unbedingt einen Arzt rufen.



Nach einem Sturz sollte das Verhalten des Kindes genauestens beobachtet werden

Bei Knochenbrüchen ins Krankenhaus

Hat sich ein Kind etwas gebrochen, etwa einen Arm oder ein Bein, musst du das betroffene Körperteil ruhigstellen und dafür sorgen, dass die Bruchstelle nicht bewegt wird.

Einen offenen Bruch solltest du vorher noch mit einer Wundauflage bedecken, einen geschlossenen Knochenbruch kannst du kühlen – das lindert den Schmerz etwas, verhindert die Schwellung und lenkt das Kind ab.

Dann solltest du sofort den Notruf durchführen (112) und das Kind in ein Krankenhaus bringen lassen.

So erkennst du einen Knochenbruch

Ein Knochenbruch ist bei Kindern nicht immer so einfach zu erkennen. Häufig können sie sogar noch den betroffenen Arm oder das Bein bewegen. So erkennst du dennoch einen Knochenbruch:

- starke Schmerzen
- deutliche Schwellung
- Bewegungseinschränkung
- knirschende Geräusche beim Bewegen
- Fehlstellung des Knochens

Verletzungen behandeln

So leistest du Erste Hilfe bei einem Kind, wenn es sich leicht verletzt hat:

- Beulen mit einem Kühlpad (im Geschirrtuch eingewickelt) oder mit einem feuchten Waschlappen 15–30 Minuten kühlen.
-
- Schürfwunden zunächst säubern, Schmutzpartikel oder Steinchen vorsichtig entfernen, die Blutung mit einer sauberen Komresse stoppen, bevor du ein Pflaster aufklebst.
-
- Größere Hautverletzungen sind ein Fall für den Arzt. Erste Hilfe für Kinder leistest du zuvor mit einem Verbandskasten. Platzwunden sehen

wegen der großen Menge Blut häufig gefährlicher aus als sie sind.

-
- Die Blutung mit einer Kompresse stillen und zur Behandlung in die Notfallambulanz.
-
- Verliert das Kind große Mengen Blut, sofort den Notarzt rufen.

Erste Hilfe bei Verbrennungen und Verbrühungen

Der unbeaufsichtigte Grill, eine frisch gebrühte Tasse Tee, das Mittagessen auf dem Herd – ganz leicht können sich Babys und Kleinkinder verbrühen oder verbrennen. Deshalb ist es wichtig, Vorsichtsmaßnahmen zu treffen und gerade kleine Kinder nicht allein in der Küche zu lassen – vor allem, wenn etwa Essen auf dem Herd kocht. Kommt es doch zu einer Verbrennung, ist es wichtig ruhig und besonnen zu reagieren.

- Bei kleinen Verbrühungen etwa mit heißem Tee oder kochendem Wasser sofort die durchtränkte Kleidung ausziehen. Dann die Stelle etwa 10 Minuten unter fließendem Wasser kühlen (nicht zu kalt, etwa handwarm).
-
- Bei großflächigen Verbrennungen solltest du nicht kühlen, sonst kann es zu einer Unterkühlung kommen.

- Deck die Stelle mit einem keimfreien Verbandtuch locker ab (ohne Druck) und ruf sofort den Notarzt.



Gerade, wenn Essen auf dem Herd steht, sollten Eltern ihre Kinder im Blick haben

Erste Hilfe bei Vergiftungen

Das farbige Putzmittel sieht aus wie Zuckersirup, die Tabletten wie leckere Schokolinsen, die giftigen Beeren wie Kirschen. Wenn Putzmittel und Medikamente nicht kindersicher aufbewahrt werden oder Eltern beim Waldspaziergang nicht aufpassen, landen gefährliche Substanzen schnell in Mündern und Mägen von Kindern.

Manchmal zeigen sich die Vergiftungen erst Stunden später. Typische Symptome sind Übelkeit, Erbrechen, Schwindel, Müdigkeit und Unwohlsein.

In schlimmen Fällen kommt es zu Bewusstlosigkeit und Herz-Kreislauf-Stillstand.

Wenn du vermutest, dass das Kind etwas Giftiges geschluckt hat, rufst du sofort den Notarzt oder eine Giftnotrufzentrale an. Diese Maßnahmen solltest du ergreifen, solange du keine anderen Anweisungen von dem notärztlichen Dienst hast:

- Hat das Kind etwas Giftiges eingeatmet, Sorge für frische Luft.
-
- Gib ihm Wasser oder Tee zu trinken (bitte keine Milch).
-
- Löse bewusst kein Erbrechen aus.
-
- Hat das Kind giftige Pflanzen gegessen, kontrolliere den Mundraum und entferne eventuelle Pflanzenreste.
-
- Behalte etwas von der giftigen Substanz oder dem eventuell Erbrochenen für den Notarzt auf.

Die Giftnotrufzentrale anrufen

Die Mitarbeiter der Giftnotrufzentrale geben dir Anweisungen, wie du das Kind am besten versorgst und verständigen gegebenenfalls auch den Rettungsdienst, was zu beachten ist. In

Deutschland nehmen verschiedene Giftinformationszentren deinen Notruf an:

- Berlin: 030 19240
- Bonn: 0228 19240
- **Erfurt: 0361 730730**
- Freiburg: 0761 19240
- Göttingen: 0551 19240
- Mainz: 06131 19240
- München: 089 19240

Erste Hilfe bei Stromunfällen

Steckdosen scheinen eine magische Anziehungskraft auf die kleinen Finger zu haben. Defekte Elektrogeräte und Kabel können ebenfalls zu gefährlichen Stromunfällen führen. Je länger und intensiver der Strom durch den Körper fließt, desto schwerwiegender sind die Folgen.

Bring dich bei der Ersten Hilfe für Kinder nicht selbst in Gefahr und vermeide Kontakt mit Strom. Ziehe sofort den Stecker oder schalte die Sicherung ab.

Ist das nicht möglich, versuche das Kind mit einem nicht leitenden Gegenstand von der Stromquelle wegzuziehen. Ist das Kind bewusstlos, überprüfe zuerst die Atmung und ergreife lebensrettende Sofortmaßnahmen.

Selbst, wenn das Kind unversehrt scheint, sollte es nach einem Stromschlag immer zur Untersuchung

ins Krankenhaus. Vorher gegebenenfalls eine Brandwunde mit einem sterilen Verband aus dem Erste-Hilfe-Koffer abdecken.



Steckdosen haben eine hohe Anziehungskraft auf Kinder und sollten entsprechend gesichert werden.

Erste Hilfe bei Bewusstlosigkeit

Wenn ein Baby oder Kind bewusstlos auf dem Boden liegt, musst du als erstes kontrollieren, ob es reagiert.

Dazu sprich es laut mit seinem Namen an und streichle und klopfe leicht auf seine Fußsohlen. Vielleicht wacht es davon wieder auf, und du kannst es weiter versorgen.

Reagiert das Kind nicht, rufst du sofort den Notarzt an. Anschließend führst du eine Atemkontrolle durch: Hebt sich der Brustkorb auf und ab?

Hörst du Atemgeräusche, wenn du dein Ohr über Mund und Nase hältst? Fühlst du einen Luftstrom?

Atmet das Kind, legst du es in die [stabile Seitenlage](#), bis der Rettungsdienst kommt.

Die Seitenlage verhindert, dass das Kind an seinem Erbrochenen oder seiner Zunge erstickt. Die stabile Seitenlage als Erste Hilfe für Kinder funktioniert wie bei Erwachsenen:

Das Kind liegt mit einem angewinkelten Bein auf der Seite, der Kopf ist nach hinten überstreckt. Wenn es nicht von selbst atmet, musst du mit einer Mund-zu-Mund-Beatmung Sauerstoff in die Lunge bringen. Dabei musst du behutsam sein – die kindliche Lunge kann noch nicht so viel Luft aufnehmen.

Lege das Baby oder Kind vorsichtig auf eine harte Unterlage, entferne alles aus dem Mundraum, was ihm seine Atmung erschweren könnte. Bei Babys wird der Kopf nicht überstreckt, bei Kindern nur sehr vorsichtig. Heb das Kinn leicht an, damit die Atemwege frei sind – und halt diese Position.

Babys werden über Mund und Nase beatmet, ältere Kinder per Mund-zu-Mund-Beatmung reanimiert. Dabei wird die Nase des Kindes mit einem Finger verschlossen. Jetzt musst du normal einatmen und dann vorsichtig und gleichmäßig in Mund (oder Mund und Nase) des Kindes ausatmen.

Die Brust des Kindes sollte sich sichtbar heben und senken, je kleiner es ist, desto weniger Luft solltest du pro Atemzug einsetzen.

Das wiederholst du fünf Mal. Fängt das Kind wieder an zu atmen, legst du es in die stabile Seitenlage.

Atmet es nicht, führst du eine Wiederbelebung per [Herzdruckmassage](#) durch.

Auch sie musst du im Vergleich zu Erwachsenen anpassen. Bei einem Baby legst du zwei Finger mittig auf den Brustkorb, drückst dann das untere Brustbein rhythmisch nach unten – mit einer Frequenz von **circa 100 bis 120 Mal die Minute (etwa zweimal pro Sekunde)**.

Bei einem Kind ab einem Jahr übst du den Druck mit dem Handballen in der Mitte des unteren Brustbeins aus.

Das wiederholst du 30 Mal. Anschließend machst du wieder zwei Beatmungen und wieder Herzdruckmassage, bis der Notarzt eintrifft.

Erste Hilfe nach Verschlucken und bei Ersticken

Murmeln, Münzen oder kleine Spielzeugteile, die auf dem Boden liegen – gerade kleine Kinder neigen dazu, alles in den Mund zu stecken.

Da kann es schnell passieren, dass sie sich verschlucken. Animiere das Kind zum Husten und beobachte sehr genau, ob es effektiv atmet. Ist der Gegenstand groß oder kantig, kann er in der Speiseröhre stecken bleiben – das ist gefährlich, es kann zu Verletzungen kommen.

Noch kritischer ist die Situation, wenn der Fremdkörper aus Versehen eingeatmet wurde – dann belegt er die Atemwege, es droht Lebensgefahr, das Baby oder Kind bekommt keine Luft mehr.

Das erkennst du unter anderem an Atemnot, anhaltendem Hustenreiz, Pfeifgeräuschen beim Atmen und einem verfärbten Gesicht.

Es läuft rot oder blau an, weil die Atmung aussetzt. Ruf sofort den Notarzt und dann leite Erste-Hilfe-Maßnahmen ein.

Bei größeren Kindern gelten die gleichen Regeln wie bei Erwachsenen, die sich verschluckt haben: Bei Babys, die erst ein paar Monate alt sind und noch nicht selbst stehen können, solltest du Folgendes tun, bis der Rettungsdienst eintrifft:

- Setze dich auf einen Stuhl, die Beine eng aneinander, und lege das Baby bäuchlings auf deine Oberschenkel. Der Brustkorb liegt auf deinen Knien.
-
- Klopfe maximal bis zu fünfmal auf die Rückenmitte.
-
- Wenn das nicht funktioniert, drehst du das Baby um und gibst mit den Fingerspitzen fünf kleine Stöße auf den Brustkorb, bis die Atemwege frei sind.
-
- Tritt immer noch keine Besserung ein, wiederholst du die Stöße, bis der Rettungsdienst da ist.

Wichtig: Selbst, wenn das Baby hustet und wieder Luft bekommt, kann der Fremdkörper in einen Lungenflügel gefallen sein, das Kind muss ärztlich untersucht werden.

Erste-Hilfe-Kurse für Kinder und Babys

Die Malteser vermitteln in den Kursen alles, was man im Notfall wissen muss. Hier findest du Erste-Hilfe-Kurse für Kindernotfälle auch in deiner Nähe.

Erste Hilfe bei Sonnenstich und Hitzeschlag

Babys und kleinere Kinder reagieren empfindlicher auf Sonnenstrahlen und Sommerhitze als Erwachsene.

Denn sie können ihren Wärmehaushalt noch nicht so gut regulieren. Ist ein Kind zu lange zu großer Hitze ausgesetzt, kann es einen [Sonnenstich](#) oder sogar einen Hitzschlag bekommen.

Das sind die häufigsten Folgen eines Sonnenstichs: Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit und ein erhöhter Puls.

Dramatischer wird die Situation, wenn sich zudem ein Hitzschlag entwickelt. Das Regulierungssystem des Körpers fällt aus, die Temperatur steigt auf mehr als 40 Grad Celsius an.

Das ist lebensgefährlich. In diesem Fall musst du sofort den Rettungsdienst verständigen.

Deutlichstes Unterscheidungskriterium zwischen Sonnenstich und Hitzschlag ist der starke Temperaturanstieg einhergehend mit einem hochroten Kopf, einer Bewusstseinsstrübung, gegebenenfalls Schüttelfrost und einem steifen Nacken.

Das solltest du noch tun:

- Bring das Baby oder das Kind an einen kühlen, schattigen Ort.
-
- Dicke Kleidung solltest du ihm ausziehen – sonst fördert sie noch weiter die Überhitzung.
-
- Mit kühlem, aber nicht eiskaltem Wasser, kannst du das Kind dann vorsichtig runterkühlen, indem du das Wasser auf den Brustkorb fließen lässt oder dem Kind feuchte Tücher über den ganzen Körper legst.
-
- Ist das Kind ansprechbar und erbricht nicht, kannst du ihm vorsichtig etwas zu trinken geben. Das Wasser sollte aber nicht zu kalt sein.

Ein feuchtes Handtuch und etwas zu trinken können bei einem Sonnenstich für Linderung sorgen.



Erste Hilfe bei Insektenstichen

Insektenstiche sind fies: Sie jucken, brennen oder schmerzen. Sofern keine Allergie besteht, sind sie jedoch harmlos und lassen sich durch kühlende Gels behandeln. Auch Wärme hilft – leg einen warmen Waschlappen auf die Einstichstelle, er kann das Eiweiß im Gift der Biene oder Wespe zerstören. Nach ein paar Minuten die Stelle dann kühlen.

Vorsicht ist geboten, wenn es zu Atemnot, Quaddeln auf der Haut, einem erhöhten Puls, Fieber, Übelkeit oder Schüttelfrost kommt – es kann sich um einen allergischen Schock handeln. Du solltest dann unverzüglich den Notarzt rufen. Achte für die weitere Behandlung darauf, ob das Kind von einer Wespe oder einer Biene gestochen wurde (bei Letzteren steckt der Stachel in der Regel noch).

- Entferne den Stachel, indem du ihn wegschnippst – nicht herausziehen.
- Löse enge Kleidung.
- Je nach seiner Verfassung: Bring das Kind in eine Sitzposition oder leg es hin und seine Beine hoch – bei Bewusstlosigkeit ist die [stabile Seitenlage](#) anzuwenden.
- Kommt es zu einem Atem- oder Herzstillstand muss sofort mit der Wiederbelebung begonnen werden.

Ein Zeckenbiss kann ungefährlich sein, wenn das Tier innerhalb kurzer Zeit mit einer speziellen Zange oder Karte aus der Einstichstelle gedreht wird. Bildet sich eine kreisrunde Rötung um den Biss, sollte ein Arzt konsultiert werden – eventuell hat die Zecke Borreliose oder auch "Frühsommer-Meningoenzephalitis" (FSME) übertragen.

Ein häufiger Irrtum: Borreliose und FSME gleichzusetzen. Borreliose wird von Bakterien ausgelöst und kann mit Antibiotika bekämpft werden.

Bei FSME handelt es sich hingegen um eine Viruserkrankung, die nicht medikamentös behandelt werden kann.

Symptome können zwar gelindert werden, vor einem Ausbruch der Krankheit kann man sich jedoch nur mit einer Impfung schützen. Kleinkinder können schon ab einem Jahr mit einer FSME-Impfung geschützt werden.

An wen solltest du dich im Notfall wenden?

Ist der Zustand des Babys oder Kindes nicht kritisch, ist die Kinderärztin oder der Kinderarzt die erste Ansprechpartnerin oder der erste Ansprechpartner.

Außerhalb der Sprechzeiten rufst du die bundesweite Rufnummer 116117 an.

Der [ärztliche Bereitschaftsdienst](#) berät dich, ob du in die Notfallambulanz oder eine Bereitschaftspraxis fahren solltest.

Im Zweifel kannst du immer die 112 rufen: Die Leitstelle des Rettungsdienstes entscheidet, ob ein Notarzt notwendig ist.

Warum ein Erste-Hilfe-Kurs sinnvoll ist

Jeder, der regelmäßig mit Kindern zu tun hat, sollte im Notfall Erste Hilfe leisten können.

Das betrifft neben den Eltern auch Verwandte wie Tanten und Onkel oder Großeltern, Erzieherinnen und Erzieher, Lehrerinnen und Lehrer, Jugendleiterinnen und Jugendleiter.

In speziellen Erste-Hilfe-Kursen für Kindernotfälle lernen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer, wie Unfälle vermieden werden können, aber vor allem auch, wie sie kompetent, schnell und effektiv helfen können –

dabei geht es sowohl um die Versorgung kleinerer Verletzungen als auch um lebensrettende Maßnahmen. Bundesweit werden regelmäßig Kurse angeboten, auch von den Maltesern.

- **Handelt es sich um eine lebensbedrohliche Situation?**
-
- Rufe den Rettungsdienst unter **112** an.
-
- Ist das **Kind bewusstlos, atmet** aber?
-
- Lege es in die **stabile Seitenlage**.
-
- **Atmet** das Kind **nicht mehr**?
-
- Führe **zwei Beatmungen und 30 Herzdruckmassagen im Wechsel** durch, bis es wieder atmet oder der Notarzt eintrifft.
-
- Ist das Kind verletzt?
- Versorge die Wunde und lasse sie gegebenenfalls von einem Arzt untersuchen.
-
- Zeigt das Kind verzögert auffällige Symptome?
-
- **Unbedingt einen Arzt aufsuchen.**