

Erste Hilfe und Corona – einfach sicher!

An die Situation, die mit der Corona-Pandemie Anfang 2020 begonnen hat, müssen wir alle uns erst gewöhnen. Was den Infektionsschutz in der Ersten Hilfe betrifft, müssen wir allerdings feststellen, dass Corona keine neue Herausforderung ist. Eigentlich hätten die Schutzmaßnahmen für Ersthelfer schon immer gelten müssen, da es auch früher bereits gefährliche übertragbare Krankheiten gegeben hat, teilweise sind diese Erkrankungen ansteckender und gefährlicher, als COVID-19 (durch SARS-CoV-2 ausgelöste Infektionskrankheit).

Die letzte bedeutende Änderung bei Erste-Hilfe-Material (Verbandkästen) bezüglich Infektionsschutz war die Einführung der Einmalhandschuhe nach Auftreten des Humanen Immundefizienz-Virus (HIV, „Aids-Handschuhe“). Vielleicht werden als Folge der Corona-Pandemie in Zukunft Schutzmasken und Schutzbrillen Pflicht. Grundsätzlich spricht nichts dagegen, da diese auch bei Grippe- und Magen-Darm-Infektionswellen nützlich sind. (Für die Notfallmedizin, die über die reine Erste Hilfe hinausgeht, sind u. U. höhere Schutzklassen der Materialien notwendig (FFP3-Maske, Schutzbrille mit indirekter Belüftung, Schutzkittel, Visier)).

Man sollte über allen Neuerungen nicht die grundsätzlich wirksamen Verfahren vergessen, die sich über Jahrzehnte bewährt haben, wie regelmäßiges gründliches Händewaschen mit Wasser und Seife und das konsequente Tragen von Einmalhandschuhen bei der Hilfeleistung.

Auch vor Corona galt in der Laien-Ersten Hilfe, dass auf die Atemspende verzichtet werden kann. Die sog. Telefonreanimation, also die von der Rettungsleitstelle (Notruf 112) am Telefon angeleitete Wiederbelebung, kommt bereits seit Anfang an ohne Atemspende aus. Durch die alleinige Herzdruckmassage wird nicht nur das Infektionsrisiko gesenkt, sondern auch die Akzeptanz für die Wiederbelebung insgesamt erhöht. Die Herzdruckmassage ist „technisch“ einfacher, als die Atemspende und damit wird die Wiederbelebung insgesamt einfacher.

Wir wünschen uns, dass die Hilfsbereitschaft in Zeiten von Corona nicht nachlässt und möchten dazu beitragen, die Hilfeleistung noch sicherer zu machen. Schreiben Sie uns oder rufen Sie uns an, wenn Sie Zweifel oder Anregungen haben. Wir freuen uns auf den Dialog mit Ihnen!

Fragen zur Ersten Hilfe?

Benötigen Sie Unterstützung nach einer Hilfeleistung, nach einem belastenden Ereignis?



Die Hotline der Deutschen Gesellschaft für Erste Hilfe (DGEH) e. V. steht Ihnen bei allen Fragen zur Ersten Hilfe rund um die Uhr zur Verfügung. Außen den Telefonentgelten (Festnetztarif des jeweiligen Anbieters) fallen keine weiteren Kosten an.

Übertragungswege unterbrechen

Die intakte Haut bietet weitgehenden Schutz gegen das Eindringen von Krankheitserregern. An stark beanspruchten Stellen vor allem der Hände kommt es häufig zu kleinsten Verletzungen, die unbemerkt Eintrittspforten für blutübertragbare Krankheiten sein können (HIV, Hepatitis B und C). Diesen **direkten Blutkontakt** können medizinische Einmalhandschuhe zuverlässig verhindern, am besten in Verbindung mit gründlicher Händereinigung (Waschen mit Wasser und Seife oder Händedesinfektion).

Kontaktinfektionen (auch: Schmierinfektionen) passieren, wenn infektiöses Sekret von der eigenen Hand, mit der Hilfe geleistet wurde, ins Auge oder an den Mund oder in die Nase gebracht wird. Wir fassen uns durchschnittlich fünf- bis zehnmal pro Stunde mit den Händen ins Gesicht, besonders die Augen sind eine Schwachstelle in der Abwehr. Eine Schutzbrille bietet wirksamen Schutz vor dem Anfassen der Augen und dem direkten Kontakt mit Tröpfchen, die ein Verunglückter beispielsweise ins Gesicht des Helfers niest oder hustet.

Das **Einatmen von erregerrhaltigen Tröpfchen** (Tröpfcheninfektion) mit der Atemluft erfolgt über Nase, Mund und Rachen bis hinein in die Lungen. Der Mensch verfügt über ein effizientes Abwehrsystem in den Atemwegen, gegen bestimmte Erreger ist jedoch ein Schutz mit medizinischen Masken (FFP2) notwendig.

Sind alle Aufnahmewege gut geschützt, ist eine Hilfeleistung für Ersthelfer sicher möglich.

Eintrittswege von Krankheitserregern Schutz



Gut geschützt – sicher helfen!

Infektionsschutzset für Ersthelfer

Das **Ekelpaket PLUS^c** **15 Teile**

Inhalt:

- 4 Stück **Einmalhandschuhe** Nitril (latex- und puderfrei) XL
- 1 Stück **FFP2-Schutzmaske** für den Helfer
- 1 Stück **Schutzbrille**
- 1 Stück **Mund-Nasen-Schutz** für den Verunglückten
- 4 Stück **Händedesinfektionstücher**
- 2 Stück **Vliesstoffkompressen** steril, 10 x 10 cm
- 1 Stück **Rettungendecke** gold/silber, 160 x 210 cm
- 1 Stück **Abfallbeutel**

Sicher verpackt in einem wiederverschließbaren Kunststoffbeutel mit ausführlicher Gebrauchsanleitung.



Maße: 20x10x4 cm
Gewicht: 170 g

Alles drin zum Schutz vor Tröpfchen- und Kontaktinfektionen und direktem Blutkontakt. Preise und Bestellungen unter www.erstehilfedirekt.de

Bereiten Sie sich regelmäßig auf den Notfall vor.

Newsletter, Erste-Hilfe-Quiz für Zwischendurch, Erste-Hilfe-Updates von Zuhause aus mit Fortbildungen online, per E-Mail oder Post. **Melden Sie sich gleich an und zeigen Sie mit dem Aufkleber, dass Sie im Notfall helfen!**

www.erstehilfedirekt.de



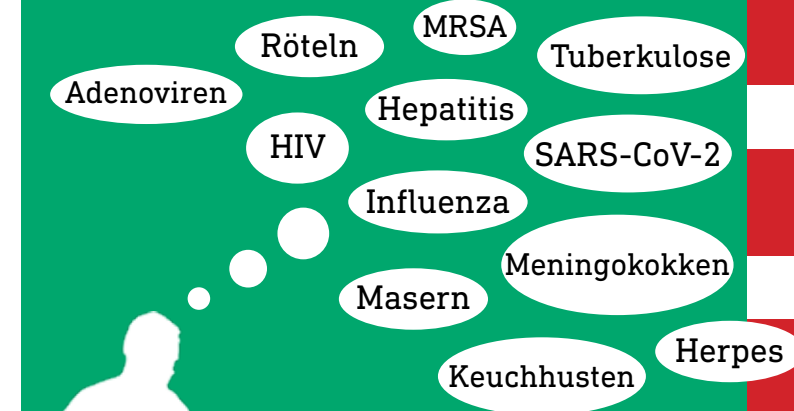
ERSTE HILFE DIREKT

Postfach 12 45
85581 Poing
☎ (089) 26 27 28
✉ beratung@erstehilfedirekt.de
🌐 www.erstehilfedirekt.de



ERSTE HILFE DIREKT ist ein Projekt der Deutschen Gesellschaft für Hilfe (DGEH) e. V., 80043 München. Gedruckt in Deutschland.
M.Nr. 20.0440.207.1 (17, 06/2020)

Infektionsschutz für Ersthelfer



Wissen schafft Hilfe

Infektionsgefahren in der Ersten Hilfe

Erste Hilfe erfordert menschliche Nähe.

Diese Nähe gehört zum menschlichen Leben, wie die Luft zum Atmen. Mit dem weltweiten Auftreten des neuartigen Corona-Virus 2020 haben sich Gesellschaft und Erste Hilfe dramatisch verändert.

Es gab und gibt verschiedene Krankheiten, die für den Menschen gefährlich sind und die durch engen Kontakt übertragen werden können. Darunter sind Krankheiten, die ansteckender und gefährlicher sind als das neuartige Corona-Virus.

Im Notfall nicht zu helfen kann keine Lösung sein, der Ersthelfer muss sich der Gefahren bewusst sein und sich schützen.

Es gibt Ersthelfer, die grundsätzlich ein erhöhtes Risiko für den Erwerb und schwere Verläufe von Infektionskrankheiten haben, beispielsweise bei geschwächtem Abwehrsystem (z. B. Krebserkrankungen) oder unter immunsupprimierender Behandlung (z. B. bei rheumatischen Erkrankungen) oder Schwangere. Die Hilfeleistung ist jedoch auch diesen Personen ein Bedürfnis und zu ermöglichen – mit bestem Schutz!

Ersthelfer können sich vor vielen Krankheiten durch **Impfungen** schützen, vor den meisten anderen, auch vor dem neuartigen Corona-Virus, durch **Schutzmaterial** (Einmalhandschuhe, Schutzbrille, Maske, Desinfektionsmittel). Betriebliche Ersthelfer können sich an ihren Betriebsarzt wenden, Privatpersonen an ihren Hausarzt.

Krankheiten, die bei der Ersten Hilfe übertragen werden können:

Übertragungsweg	Erkrankung	Impfung
Luft (Tröpfchen), Kontaktinfektion	Keuchhusten (Pertussis)	ja
	Tuberkulose	nein
	Meningokokken	ja
	Masern	ja
	Röteln	ja
	Influenza (Virusgrippe)	ja
Infektiöse Sekrete, Kontaktinfektion	SARS-CoV-2 („Corona“)	in Entwicklung
	Adenoviren	nein
Infektiöse Sekrete, Kontaktinfektion	MRSA und andere resistente Bakterien	nein
Infektiöse Sekrete, Blut	Hepatitis B	ja
Blut	HIV („AIDS“)	nein
	Hepatitis C	nein
Kontaktinfektion, Nahrungsmittel	Hepatitis A	ja
	Hepatitis E	nein
Kontaktinfektion	Herpes	nein

Anlegen der Schutzausrüstung vor Hilfeleistung



1 Anziehen der Einmalhandschuhe
Schutz vor blutübertragbaren Erkrankungen, da an den Händen häufig unbemerkte kleine Verletzungen bestehen. Zum Schutz vor Kontaktinfektionen auch mit Handschuhen nicht ins Gesicht fassen!



2 Anlegen der FFP2-Maske
zum Schutz des Helfers vor Tröpfchen. Es gibt Modelle mit Bändern als Ohrschlaufen oder mit Bändern zur Befestigung hinter dem Hinterkopf. Fassen Sie die Maske nur mit sauberen Händen (gewaschen oder desinfiziert oder mit Handschuhen) an. **Nasenbügel gut an die Nase anformen!**
Machen Sie sich vor einem Notfall mit der Handhabung vertraut!



3 Aufsetzen der Schutzbrille
Zum Schutz vor Tröpfchen- und Kontaktinfektionen und Sekret- und Blutspritzern ins Auge sollte bei jeder Hilfeleistung eine Schutzbrille getragen werden.
Schutzbrille nach der FFP2-Maske aufsetzen.



4 Mund-Nasen-Schutz für Verunglückten
Setzen Sie dem Verunglückten einen Mund-Nasen-Schutz (oder eine Behelfsmaske) auf, um die Menge ausgeatmeter Partikel zu reduzieren.



Dann Hilfeleistung nach Bedarf
Blutungen stoppen!
Reaktionen prüfen! Atmung prüfen! Notruf 112.
Falls Atmung nicht normal:
2 Herzdruckmassagen pro Sekunde ohne Unterbrechung (außer für Defibrillation), kräftig in der Mitte des Brustkorbs. **Keine Atemspende!**

Notfallmaßnahmen und Videoanleitung:
www.erstehilfedirekt.de

Ausziehen der Schutzausrüstung nach der Hilfeleistung



5 Ausziehen der Einmalhandschuhe
Achten Sie darauf, Kontakt der Außenseite der Handschuhe mit ihrer sauberen Haut zu vermeiden.



6 Desinfizieren oder waschen der Hände
Verwenden Sie geeignetes Desinfektionsmittel (mindestens „begrenzt viruzid“) oder waschen Sie mindestens 30 Sekunden mit Wasser und Seife die Hände.



7 Absetzen der Schutzbrille
mit sauberen Händen



8 Ablegen der FFP2-Maske
mit sauberen Händen. Berühren Sie die Außenseite der Maske nicht mit Ihren Händen! Fassen Sie die Maske nur an den Befestigungsbändern. Schließen Sie beim Ablegen der Maske Ihre Augen.



9 Entsorgen Sie alle Materialien über den Restmüll
Materialien, die für die Hilfeleistung verwendet wurden, sind möglichst in einem verschlossenen Kunststoffbeutel zum Restmüll zu geben. Keine Mülltrennung! Kein Recycling!



10 Abschließende Händereinigung
Desinfizieren Sie sich zum Abschluss die Hände erneut oder waschen Sie sie gründlich mit Wasser und Seife.
Der Rettungsdienst stellt Ihnen gern die Möglichkeit zur Händedesinfektion zur Verfügung.

Dokumentieren Sie Ihre Hilfeleistung
Machen Sie sich Notizen über Ort, Zeit und Beteiligte, um im Falle einer eigenen Erkrankung Ansprüche geltend machen zu können.

Notfallmaßnahmen



Machen Sie sich mit den verfügbaren Materialien vor dem Notfall vertraut! Videoanleitung: www.erstehilfedirekt.de