

Senioren und Erste Hilfe

Auf vielfachen Wunsch unserer Clubmitglieder konnte unsere Clubfreundin **Frau Hähnel** zu diesem Thema **Herrn Robby Dressler** vom *Malteser Hilfsdienst* für einen Vortrag gewinnen.

In eine Situation, in der man Erste Hilfe leisten sollte, kann wohl jeder kommen, zumal es dazu eine gesetzliche Verpflichtung gibt. Allerdings braucht man sich dabei nicht selbst zu gefährden. Zumutbar ist aber, um Hilfe zu rufen, und auch ein Notruf ist zumutbar.

Dazu gibt es die vielleicht nicht allen bekannten Möglichkeit des telefonischen Notrufes. In einer Zeit, in der so ziemlich jeder ein mobiles Telefon besitzt, sollte das selbstverständlich sein.

Möglichkeiten sind:

Notruf 112 gilt seit 2017 als einheitliche Notrufnummer in der EU für Polizei, Feuerwehr und Rettungsdienst.

Notruf 911 wird in Europa (hauptsächlich im englischsprachigen Raum) und in den USA verwendet. Wenn man über Handy oder Smartphone diese Nummer wählt, wird sie automatisch in 112 gewandelt und weitergeleitet.

GIZ 030/19240 ist die Nummer der Berliner Gift-Information-Zentrale. Sollten die Pilzsammler immer bei sich haben.

Wichtig bei einem Notruf sind die **fünf W: Wo, Was, Wie viele, Welche Verletzung und Warten in der Leitung.**

Und es gibt auch Tipps zur persönlichen Vorsorge, da man ja nicht weiß, was einen erwartet. Eine kleine Schachtel, z.B. von einem Überraschungsei, kann man vorzüglich für einen Satz Gummihandschuhe be-



Herr Dressler und Frau Hähnel

nutzen und bei sich tragen. Eine Beatmungsfolie, preiswert in der Apotheke erhältlich, lässt sich ebenfalls in einem derartigen Gefäß mit sich führen. Für eine lebenserhaltende Mund-zu-Mund-Beatmung ist diese unerlässlich (siehe Foto).

Konkrete Hinweise zu einer Ersten Hilfe würden den Rahmen dieses Beitrages sprengen.

Im Sanitätsraum unseres Clubs, **Raum 537**, stehen ein Verbandskasten und ein Blutdruckmessgerät zur Verfügung. Letzteres habe ich an mir selbst ausprobiert, es war jedoch kein Notfall.

Vielen Dank von allen an Frau Hähnel, die mit viel Aufwand diesen Vortrag organisieren konnte.

Text und Foto: *Stephan Streicher*