


Gefahrenzone Haushalt

Das traute Heim ist ein risikoreiches Pflaster, aber das merkt man häufig erst, wenn es zu spät ist. Dann heisst es überlegt und rasch handeln.

von Helen Weiss*

Notrufnummern	
Sanität:	144
Polizei:	117
Feuerwehr:	118
Tox-Zentrum:	145
Rega:	1414
Europäischer Notruf:	112



Eine Sekunde unaufmerksam, schon ist es passiert: ein falscher Griff an den heissen Herd, eine Schere, die aus der Hand rutscht, oder ein Fehltritt auf dem Treppenabsatz. Je mehr Routine man bei Haushaltsarbeiten und bestimmten Handgriffen hat, umso eher werden mögliche Gefahren unterschätzt. Nach Angaben der Schweizerischen Beratungsstelle für Unfallverhütung verunfallen jährlich über eine halbe Million Menschen im Haushalt und in der Freizeit.

Kleinere Verletzungen im Alltag lassen sich leicht selbst versorgen, doch nicht jeder häusliche Unfall endet mit dem sprichwörtlichen blauen Auge: Handelt es sich um einen lebensbedrohlichen Notfall, sind ein kühler Kopf und eine schnelle Reaktion gefragt. «Zuerst gilt es, die Situation zu überblicken, mögliche Gefahren für den Patienten und den Helfer abzuwenden und dann einzuschätzen, was wichtiger ist: Die Erstversorgung des Verunfallten oder das Alarmieren des Notdienstes», sagt Rebekka Holzer, Technische Leiterin des Samaritervereins Uster und Assistenzärztin Innere Medizin am Kantonsspital Glarus.

Stürze: richtig lagern

Auf Platz eins der tödlichen häuslichen Unfälle stehen Stürze, häufig von Leitern, auf Treppen oder durch Stolpern über eine Teppichkante. Dies kann zu Verletzungen der Wirbelsäule führen, deshalb ist die richtige Lagerung wichtig, um Folgeschäden zu vermeiden: «Klagt der Verunfallte über starke Schmerzen im Rücken oder kann er Arme und Beine nicht mehr bewegen, lässt man ihn am besten in der ursprünglichen Position liegen», rät die Ärztin. Voraussetzung ist jedoch, dass der Patient wach ist und selbst gut atmen kann; sonst muss er seitlich gelagert werden, bevor man den Notfalldienst verständigt. Dies gilt auch bei bewusstlosen Patienten. Dann sollte man die lebenswichtigen Körperfunktionen überprüfen und unterstützen. Heute wird mehr und mehr gefordert, dass Laienhelfer, insbesondere wenn sie sich alleine um einen Bewusstlosen kümmern, nur mit Druckstössen auf den Brustkorb reanimieren sollten: Mindestens 5 cm tief und 100 Mal pro Minute. Damit kann für kurze Zeit genügend Sauerstoff zu den lebenswichtigen Organen Herz und Gehirn geführt werden.

Schnittwunden: Druckverband

Ebenfalls häufig im Haushalt sind Verletzungen durch scharfe und spitze Gegenstände oder Küchengeräte. Kleine Wunden werden desinfiziert und verbunden. Eine Notfallsituation besteht hingegen bei spritzenden Blutungen. Bevor man den Notruf verständigt, muss ein Druckverband angelegt werden. «Der Verletzte

sollte auf den Boden gelegt und der betroffene Körperteil in die Höhe gehalten werden», sagt Holzer.

Um die Blutung zu stoppen, wird ein saugfähiges Tuch auf die Wunde gedrückt und mit einem unelastischen Gazeverband oder einem Dreieckstuch befestigt. «Zwar sollte ein Druckverband fest sitzen, doch man darf auch nicht übertreiben», erklärt die Fachfrau. Der verbundene Körperteil sollte die gleiche Färbung aufweisen wie der übrige Körper, sonst können Gefässe und Nerven dauerhaft geschädigt werden.

Stichverletzungen: nicht unterschätzen

Verliert eine verletzte Person mehr als einen Liter Blut, kann sie in einen Schockzustand geraten. Holzer: «Eine kühlfeuchte und blasse Haut sowie Schwindel sind Anzeichen dafür. Zudem kann der Verunfallte plötzlich apathisch oder aggressiv reagieren.» In einem solchen Fall gilt es, den Patienten bis zum Eintreffen der Sanität am Boden zu lagern und seine Körperfunktionen zu überwachen. Gerade Stichverletzungen würden oft unterschätzt, bemerkt Rebekka Holzer. Da sie kaum bluten und sich die Wunde rasch schliesst, scheint den Betroffenen eine ärztliche Versorgung nicht nötig. Doch ist ein Besuch beim Hausarzt durchaus ratsam: «Durch den Stich gelangen Bakterien ins Gewebe, die sich vermehren und Entzündungen auslösen können.»

Vergiftungen: schnell reagieren

Leben Kinder im Haushalt, kann es auch zu Vergiftungen kommen. Nicht sicher

aufbewahrte Reinigungsmittel oder Chemikalien können die Kleinen zu gefährlichen Handlungen verlocken. Eltern müssen sofort reagieren, wenn das Kind ungewöhnliches Verhalten wie Erregungszustände, Gangunsicherheit oder Krämpfe zeigt. Das Schweizerische Tox-Zentrum ist unter der Nummer 145 erreichbar. Dort ist rund um die Uhr eine Fachperson anwesend, die Erste-Hilfe-Massnahmen empfehlen kann.

Verbrennungen: den Schweregrad abschätzen

Die erste Massnahme bei Verbrennungen ist die Kühlung mit Wasser während 10 bis 15 Minuten. Bei grossflächigen Wunden wird mit feuchten Tüchern gekühlt. Um die Schwere der Verbrennung zu beurteilen, gibt es zwei Kriterien: Die Ausdehnung sowie die Tiefe der Schädigung. «Ist die Fläche verbrannter Haut grösser als neun Handflächen des Patienten, also mehr als zehn Prozent der Körperoberfläche beschädigt, muss der Patient sofort ins Spital», erklärt Holzer. Je mehr Hautschichten betroffen sind, desto höher ist der Verbrennungsgrad. Bei Verbrennungen 1. Grades (etwa starker Sonnenbrand) ist die Haut gerötet und heiss. «Tritt dabei Fieber auf, sollte man den Hausarzt konsultieren», sagt Holzer. Rötungen mit Blasenbildung oder nässenden Wunden bedeuten eine Verbrennung 2. Grades. Sie sollte nach der Kühlung desinfiziert und mit steriler Gaze abgedeckt werden. Bräunlich bis schwarz, teilweise auch weiss verfärbt sind Verbrennungen 3. Grades. Diese

sollten immer dem Hausarzt gezeigt werden. «Bei Unfällen durch Blitz oder Elektrizität muss sofort der Rettungsdienst verständigt werden, auch wenn die äusseren Wunden nur klein sind.»

Herzinfarkt:

Notruf verständigen

Hier entscheidet jede Minute über Leben und Tod. Deshalb ist es angemessen, schon beim geringsten Verdacht den Notruf zu verständigen. Wichtig ist es, Ruhe zu bewahren und den Patienten mit erhöhtem Oberkörper, bequem halbsitzend, zu lagern. Holzer: «Hilfreich ist auch, beengende Kleidungsstücke zu lockern, denn oft empfindet der Patient einen sehr starken Druck auf der Brust.» Wird er bewusstlos, muss sofort nach dem ABC-Schema vorgegangen werden. Die Ärztin empfiehlt, sich auf solche Situationen vorzubereiten: «Das richtige Verhalten bei einem Herzinfarkt oder einem anderen medizinischen Notfall kann in Kursen des Schweizerischen Samariterbunds gelernt werden.»

*Helen Weiss ist freischaffende Journalistin. Sie lebt in Basel.

INFO

Schweizerischer Samariterbund
Martin-Disteli-Strasse 27, Postfach
4601 Olten
Tel. 062-286 02 00, Fax 062-286 02 02
E-Mail: office@samariter.ch
Internet: www.samariter.ch