

Verbrennungen sind mindestens 20 Minuten zu kühlen! (Dusche, Bach, Badewanne, Fluss, gekühlte Getränke, Schnee, Eis). Brandblasen dürfen nicht geöffnet werden. Auf der Haut klebende Kleidung darf nicht entfernt werden.

Verrenkungen sind zu belassen und zu fixieren. Re-Positionierung durch Arzt!

Verstauchungen sind mit Kälte zu behandeln

Zahnverletzungen sind immer durch einen Arzt zu behandeln. Telefonisch abklären wohin der Verletzte gebracht werden soll. Zahnfragmente sind mit zu nehmen.

Zerrungen sind mit Kälte zu behandeln

9) **Aufbieten von Rettungsdiensten**

Notarzt	052 / 203 00 00	Sanität	144	Polizei	117
Spital	052 / 266 21 21	Rega	1414	Feuerwehr	118

Meldeschema 6W:

- Wer telefoniert?
- Was ist passiert?
- Wann ist es passiert?
- Wo ist es passiert?
- Wieviele Verletzte hat es?
- Weitere Informationen (Art der Verletzungen, Zustand des Verletzten, Helikopter-Landeplatz)

Verletzte dürfen nicht unbeaufsichtigt zurückgelassen werden!

10) **Abtransport der Verletzten**

Je nach Verletzung entscheidet der Leiter wohin der Verletzte gebracht wird. Nach **Hause** werden Verunfallte mit Bagatellverletzungen entlassen oder gebracht. Der **Notarzt** eignet sich bei einfacheren Verletzungen, die ambulant behandelt werden können. Im Gegensatz zum Spital kann beim Notarzt mit einer raschen Behandlung gerechnet werden. In den **Spital** werden alle Verunfallten mit Verletzungen gebracht, die nicht ambulant behandelt werden können. Bei der Überführung in den Spital ist dieser telefonisch zu informieren und es ist mit grösseren Wartezeiten zu rechnen.

11) **Verständigung weiterer Personen**

Die Eltern/Angehörigen verständigen
Bei Unfällen in der Jugi den Riegenleiter verständigen
Bei Unfällen im Turnverein den Tech. Leiter verständigen

12) **Unfall schriftlich festhalten**

Wenn kein Bagatellfall vorliegt (leichte Verstauchung, leichte Schürfung)
Datum / Zeit / Ort / Personalien des Verletzten / Erkannte Verletzungen / Weiterbehandlung durch / Unfallhergang / Zeugen / Unterschrift

Unfall im Turnen

- was tun??

1) Einleitung

Fast alle Unfälle entstehen durch menschliches Versagen.

- mangelnde Aufmerksamkeit
- unkonzentriertes Turnen
- falsch oder mangelhaft gesicherte Turngeräte
- unterlassene Aufsicht durch die Leiter
- falsch oder gar nicht hilfestehende Leiter

Somit ist auch klar, dass die allermeisten Unfälle im Turnen verhindert werden können. Es muss das Ziel aller Leiter sein, dass Unfälle aus den oben aufgelisteten Gründen **n i c h t** passieren können. Sollte es trotzdem zu einem Unfall kommen ist gemäss den nachfolgenden Punkten vorzugehen.

2) Hilfeleistung

Für die 1. Hilfe ist der Lektionsleiter zuständig.

Für Hilfeleistungen können alle geeigneten Umstehenden einbezogen werden. Es ist darauf zu achten, dass auch die weiteren Helfer nicht überstürzt reagieren.

(Einer, der zum nächsten Telefon spurtet, dort 5 Min. zum Verschlaufen braucht und nicht weiss was er sagen soll, taugt nichts!!)

3) Ruhe bewahren

Auch wenn es schwierig ist, es darf keine Nervosität durch die Leiter aufkommen.

4) Situation überblicken

- Was ist passiert?
- Wie ist es passiert?
- Welche Gefahren lauern noch?
- Wie ist der Unfallplatz zu sichern?

5) Unfallstelle sichern

- Gefährliche Gegenstände weg!
- Gefährdete Personen weg! (zB. auch solche die bei Blut bewusstlos werden)
- Alle nicht beteiligten Personen weg! (mind. 3 m)

6) Zustand des Verletzten abklären

- A** > Atemwege frei machen
- B** > Beatmen (initial 2 bei Erwachsenen / 5 bei Kindern)
- C** > Circulation (Herz-/Kreislauf) /
CPR = 2 x beatmen / 30 x Brustkorbpressung

Alter Merksatz / Massnahmen (zuerst die 4 Punkte kontrollieren und danach handeln)

- Gibt er Antwort? > Nein > Bewusstlosenlagerung
- Atmet er? > Nein > Beatmen (Kopf nach hinten überstrecken)
- Blutet er? > Ja > Blutung stoppen (Fingerdruck)
- Ist Puls vorhanden? > Nein > CPR (2 x beatmen / 30 x Brustkorbpressung)

Es ist mit dem Verletzten ab zu klären was ihm fehlt. Der Verletzte ist über die getroffenen Massnahmen zu informieren (Art der Behandlung, Krankenwagen, Transport .zum Arzt)

7) Verletzte lagern

Nach Möglichkeit sind alle Verletzten am Boden zu lagern. Ob sitzend oder liegend ist nicht so wichtig. Wenn jedoch ein stehender Verletzter plötzlich bewusstlos werden sollte, kann er sich durch den Sturz noch zusätzlich verletzen. Dies gilt auch bei Bagatell-Unfällen, da gewisse Personen beim Anblick von eigenem Blut das Bewusstsein verlieren können.

Beim **Verdacht auf Rückenverletzungen** (Sturz ab Sprossenwand, Ring, Kletterstange, Minitramp) darf der Verletzte nicht umgelagert werden.

Ausgenommen der Verletzte ist bewusstlos.

Mögliche Symptome, die auf eine Rückenverletzung hindeuten:

- kein Gefühl in den Gliedern (Hand, Arm, Fuss, Bein)
- taubes Gefühl in den Gliedern
- Ameisenkrabbeln in den Gliedern
- Rückenschmerzen

Verletzte, welche an einen Arzt oder in einen Spital überführt werden sollen, dürfen nichts essen oder trinken (auch kein Wasser)

8) Verletzungen behandeln

Bei **Unfällen im Turnen** wird normalerweise nach 2 Methoden gehandelt.

3K = Kälte Kompressen Kur
PECH = Pause Eis Compressen Heilung

Bei der Behandlung mit Kälte ist wenn möglich Wasser oder Kältebeutel einzusetzen. Kältespray muss mit äusserster Sorgfalt angewendet werden, da er zu Erfrierungen oder bei offenen Wunden zu Vergiftungen führen kann (kein Einsatz bei offenen Verletzungen).

Augenverletzungen werden als Sofortmassnahme mit Wasser behandelt.

(Ausspülen des Fremdkörpers) Danach ist der Verletzte immer durch einen Arzt zu behandeln. Telefonisch abklären wohin der Verletzte gebracht werden soll.

Bagatell-Verletzungen werden in der Halle versorgt.

Bewusstlosigkeit ist immer durch einen Arzt ab zu klären

Brüche werden fixiert (Dreiecktuch, Pullover) und durch einen Arzt behandelt

Kopfschläge (Kopfprellungen) mit Bewusstlosigkeit sind zur Beobachtung in das Spital zu überweisen (Info von Dr. Med. N. Brändli, 14.03.2008)

Medikamente sind keine ab zu geben. Muss trotzdem ein Medikament abgegeben werden ist das Sanitätspersonal über das Medikament, die Menge und den Abgabezeitpunkt zu verständigen

Prellungen sind mit Kälte zu behandeln

Rückenverletzungen verlangen ein sehr sorgfältiges Vorgehen. Beim Verdacht auf Verletzung der Wirbelsäule darf der Verunfallte nicht umgelagert werden. Siehe Details unter Punkt 7!!!

Schürfungen werden desinfiziert und abgedeckt.

Schnitt-/Risswunden die genäht werden müssen, dürfen nicht mit Medikamenten oder Desinfektionsmittel behandelt werden (ausgenommen Wundumgebung)

Spezialfälle müssen bei der Behandlung beachtet werden (Herzschrittmacher, Allergiker mit Medikamenten, Diabetes, Epilepsie, Med. Hilfsmittel, Implantate usw.)