

Tippkarten Erste Hilfe

Tippkarte Gruppe 1

Erste Hilfe bei einer Prellung oder Verstauchung

Benötigtes Material: Kühlpack und Kompresse (Druckverband)

Anleitung für Erste-Hilfe-Maßnahme:

P = Pause

E = Eis

C = Kompresse

H = Hochlegen



Tippkarte Gruppe 2

Erste Hilfe bei Nasenbluten

Benötigtes Material: Handschuhe für den Helfer, Sitzgelegenheit, kühles Tuch, Taschentücher

Anleitung für Erste-Hilfe-Maßnahme:

- Hinsetzen, Kopf nach vorne beugen.
- Mund leicht geöffnet.
- Kühlendes Tuch in den Nacken.
- Bei lang anhaltender und starker Blutung → Notarzt rufen.



Tippkarte Gruppe 3

Erste Hilfe bei Schürfwunden

Benötigtes Material: Pflaster und Schere

Anleitung für Erste-Hilfe-Maßnahme:

- Pflaster passend abschneiden → Wundauflage muss Wunde ganz abdecken.
- Wundauflage nicht berühren.
- Klebefläche nicht auf die Wunde kleben.



Tippkarten Erste Hilfe

Tippkarte Gruppe 4

Erste Hilfe bei Insektenstichen

Benötigtes Material: Kühlpack

Anleitung für Erste-Hilfe-Maßnahme:

- Einstichstelle kühlen (Kühlpack oder Wasser).
- Bei bekannter Allergie → Notfallmedikament.
- Bei Stich im Mund oder Rachen → Notarzt rufen.



Tippkarte Gruppe 5

Erste Hilfe bei einer Schnittverletzung

Benötigtes Material: Handschuhe für den Helfer, Verbandpäckchen

Anleitung für Erste-Hilfe-Maßnahme:

- Wunde nicht berühren.
- Wunde mit Wundauflage des Verbandpäckchens abdecken.
- Alles gut, aber nicht fest umwickeln.
- Kurz abdrücken, um die Blutung zu stillen.

