

# STUDENTAG 8

## PALLIATIVE PFLEGE, HYGIENESCHULUNG UND ERSTE HILFE

### 8.12 HÄUFIGER VORKOMMENDE NOTFALLSITUATIONEN BEI ÄLTEREN MENSCHEN

#### Diabetische Notfälle

Bei Diabetes kann es durch eine zu hohe oder zu niedrige Energiezufuhr, kombiniert mit einer nicht angepassten Dosierung der Medikamente, zu Über- oder Unterzucker kommen. Mürrisches Verhalten, Orientierungs- und Teilnahmslosigkeit können Symptome dafür sein. Unterzucker kann sogar zur Bewusstlosigkeit führen. Wenn Sie die angesprochenen Veränderungen bei einer älteren Person feststellen, ist Folgendes zu tun:

- ... Sprechen Sie die Person auf eine mögliche Diabeteserkrankung an, sowie auf die Einnahme der Medikamente und der letzten Mahlzeit.
- ... Ist die Person bei Bewusstsein, versuchen Sie ihr Zuckerwasser oder Traubenzucker zu geben – einen Unterzucker zu stoppen ist wichtiger, als einen vielleicht vorliegenden Überzucker zu verschlimmern.
- ... Ist keine Diabeteserkrankung bekannt oder treten bereits erste Bewusstseinsstörungen auf, muss die Rettung gerufen werden.

#### Herzinfarkt und Schlaganfall

Bluthochdruck tritt im höheren Lebensalter häufig auf und erhöht das Risiko für Schlaganfall und Herzinfarkt. Anzeichen für einen Schlaganfall können Sie durch die FAST-Regel erkennen:

- ... F steht für Face (Gesicht): Der Betroffene soll lächeln. Hängt der Mundwinkel auf einer Seite herab?
- ... A steht für Arm: Der Betroffene soll beide Arme heben. Sinkt einer der beiden Arme nach unten bzw. ist einer der Arme gelähmt?
- ... S steht für Sprache: Der Betroffene soll einen einfachen Satz wiederholen. Macht er dabei einen Fehler? Spricht er auffällig undeutlich?
- ... T steht für Time: Wenn nur eine der Fragen mit „Ja“ (oder auch „Vielleicht“) beantwortet werden kann, sollten Sie sofort die Rettung rufen.

Wenn Sie Anzeichen auf eine dieser Erkrankungen erkennen können, gilt es, sofort die Rettung zu rufen. Danach führen Sie diese Erste-Hilfe-Maßnahmen durch:

- ... Bei einem Schlaganfall sollte die Person vorsichtshalber in die stabile Seitenlage gebracht werden, um bei einem Verlust des Bewusstseins rascher reagieren zu können.
- ... Versuchen Sie, die betroffene Person zu beruhigen, um den Kreislauf nicht noch weiter zu belasten. Bei Verdacht auf einen Herzinfarkt sollte sie sich auch möglichst wenig bewegen.
- ... Öffnen Sie beengende Kleidungsstücke.
- ... Bei einem Herzinfarkt müssen für den Ernstfall bereits Wiederbelebensmaßnahmen geplant werden. Lassen Sie sich Einmalhandschuhe, Beatmungstücher und nach Möglichkeit auch einen Defibrillator bringen.

# STUDENTAG 8

## PALLIATIVE PFLEGE, HYGIENESCHULUNG UND ERSTE HILFE

### Asthmaanfälle oder COPD

Diese Erste-Hilfe-Maßnahmen sind einzuleiten, wenn eine Person einen Asthmaanfall bekommt:

- ... Bleiben Sie ruhig und halten Sie die von Atemnot betroffene Person dazu an, ruhig zu atmen. Gemeinsames Ein- und Ausatmen ist hier hilfreich.
- ... Körperliche Anstrengung muss vermieden werden.
- ... Beim erstmaligen Auftreten eines Anfalls sowie bei längerer Dauer als sonst, muss die Rettung gerufen werden.
- ... Sie können der betroffenen Person helfen, eine Sitzhaltung einzunehmen, die das Atmen erleichtert: Aufrechtes Sitzen, eventuell Abstützen der Hände.
- ... Sorgen Sie für Frischluftzufuhr, aber achten Sie darauf, dass die Person nicht auskühlt.

### Sturzverletzungen

Die Ursachen von Stürzen sind sehr zahlreich. Das beginnt bei Sehstörungen, geht über Nebenwirkungen von Medikamenten und beeinträchtigter Beweglichkeit bis hin zu Bodenunebenheiten und schlechter Beleuchtung.“ Deswegen ist es wichtig, regelmäßig die Sehleistung vom Augenarzt überprüfen zu lassen. Besonders für ältere Menschen ist es wichtig, einen Arzt oder eine Ärztin des Vertrauens zu haben und nicht ständig zwischen verschiedenen Ärzten zu wechseln – sonst kann der Überblick über die verordneten Medikamente und deren Wechselwirkungen rasch verloren gehen.

Wenn es zu einem Sturz kommt, müssen Ersthelfer Folgendes tun:

- ... Bei Bewusstlosigkeit (z. B. durch eine Gehirnerschütterung) kontrollieren Sie die Atmung, legen Sie die Person in die stabile Seitenlage und rufen Sie dann die Rettung.
- ... Offene Brüche werden mit einer keimfreien Wundauflage bedeckt und diese wird fixiert, ohne Druck auf die Wunde auszuüben. Rufen Sie die Rettung.
- ... Sind Beine oder Hüfte betroffen, darf die Person nicht mehr aufstehen. Bringen Sie sie in eine möglichst schmerzfreie Position und rufen Sie die Rettung.
- ... Werden Hand oder Arm beim Sturz verletzt, können diese Körperteile mithilfe eines Dreieckstuches ruhiggestellt werden. Rufen Sie dann die Rettung.