

Erste-Hilfe-Auffrischung für Krippenfachkräfte

Maßnahmen bei Verschlucken

HAND AUFS HERZ: Kann bei Ihnen jede Fachkraft, die Leitung, können alle Praktikant:innen, Schüler:innen im Notfall helfend einspringen und die Rettungskette anwenden? Hier ist eine kleine Auffrischung für Sie in fünf Punkten.

■ von Silke Bicker

1. Die Rettungskette

- Zuerst werden alle **Gegenstände**, die gefährlich werden könnten, beiseite geräumt. Das betrifft herumliegendes Spielzeug, auf dem man ausrutschen könnte, ebenso wie eventuell umgefallene Stühle.
- Als Nächstes wird der **Rettungsdienst** gerufen. Falls eine pädagogische Fachkraft alleine sein sollte, ruft sie laut um Hilfe oder bittet eine Kollegin im Nachbarraum um Beistand. Eine Fachkraft ruft den Rettungsdienst mit der 112.
- Die Leitstelle fragt am Telefon konkret und genauso konkret sollen die (hier beispielhaften!) **Antworten** sein:
 - **Wo genau ist der Unfall?** Im Raum der Gruppe „Waldmaus“ der Kita Bundschuh, Clara-Zetkin-Straße 2, Lilienfeld.
 - **Was ist passiert?** Den Unfall genau beschreiben: Ein Kind hat sich verschluckt, läuft bereits bläulich an.
 - **Wie viele Verletzte?** Die Zahl genau nennen und das Alter: ein einjähriges Kind.
 - **Welche Verletzungen?** Kriegt keine Luft, droht zu ersticken.
 - **Auf Rückfragen warten!** Die Leitstelle hat Kontakt zum Rettungswagen. Und sie gibt Tipps, was man bis zum Eintreffen der Sanitäter tun kann.

2. Der Heimlich-Griff

Vorweg: Diesen Griff niemals an Gesunden oder Kleinkindern unter einem Lebensjahr anwenden! Es gibt Puppen, die man kaufen kann und mit denen man übt.

- Die Fachkraft steht oder kniet hinter dem Kind, das etwas verschluckt hat. Sie beugt das Kind zuerst nach vorne, ballt dann eine Hand zur Faust und platziert sie zwischen dem unteren Rand des Brustbeins und dem Bauchnabel.
- Dann umfasst sie ihre Faust mit der anderen Hand und zieht sie kräftig gleichzeitig nach innen und oben.
- Das wird so lange wiederholt, bis die Atmung wieder funktioniert. Meist fliegt dabei auch das Verschluckte raus. Danach sollte das Kind zum Arzt gebracht werden.

3. Die stabile Seitenlage

Sie wird bei Bewusstlosen, die noch selbstständig atmen, angewandt. Die pädagogischen Fachkräfte üben zu zweit: Eine Person legt sich auf den Rücken und macht sich schlaff, hilft auch nicht.

- Die andere kniet sich neben die „Bewusstlose“, hält ein Ohr knapp über deren Mund und fühlt etwa zehn Sekunden, ob diese noch atmet. Falls ja, legt sie nun den neben ihr liegenden Arm zur Seite hoch.
- Dann stellt sie das ihr entfernt liegende Bein auf und zieht es soweit möglich zur Hüfte des „Bewusstlosen“.
- Danach greift sie mit beiden Händen nach dem hochstehenden Knie und zieht die Kollegin daran zu sich auf die Seite.
- Den zweiten, jetzt oberen Arm legte sie im rechten Winkel über den ersten so, dass die Hand in Kopfhöhe liegt.
- Nun überstreckt sie den Kopf und öffnet den Mund, indem sie das Kinn etwas herunterzieht.

4. Trösten

Es mag hier seltsam klingen, aber viele Menschen wissen nicht, dass es wichtig ist, bei einem Verletzten zu bleiben. Es ist wichtig, das Kind nicht alleine zu lassen, nachdem die Erste-Hilfe-Maßnahmen durchgeführt wurden und auf den Rettungsdienst gewartet wird.

- Wichtig: Eine Fachkraft muss immer beim Kind bleiben und es trösten.
- Dabei kann es helfen, das Kind sanft zu streicheln, zu summen oder mit dem Kind zu sprechen.
- Außerdem kann eine zweite Person das Fenster öffnen, damit frischer Sauerstoff in den Raum gelangt.

5. Ruhe bewahren – 4 Tipps zum Üben

Werden Sie als Fachkraft in einem Raum voller Kinder bitte niemals unruhig. Das klingt einfach, ist es aber oft nicht. Vielleicht sind Sie berechtigterweise nervös, weil Sie das erste Mal selbst Erste Hilfe leisten müssen, oder Sie sind von der Situation selbst überwältigt oder erschrocken. Dann helfen diese vier Tipps:

1. **Tun, was getan werden muss:** Oft hilft es, Emotionales situativ geistig nach hinten zu rücken und alles rein sachlich zu betrachten.
2. **Ruhig atmen und geistig wach handeln:** Das lernt man u.a. beim Meditieren, Yoga, Pilates, Tai Chi. Bereits Gelerntes können Sie bei Notfällen spontan abrufen.
3. **Sich fokussieren:** Den Blick klar auf das Kind richten.
4. **Die Stern-Atemtechnik:** etwa fünfmal tief ein- und ausatmen. Das Ganze etwa fünfmal wiederholen. So wird man automatisch und schnell ruhiger.

Zusatz-Tipp:

Im Internet nach Videos zu „Erste Hilfe am Kleinkind“ suchen. Viele Ärzte, Krankenkassen und Rettungsdienstanbieter zeigen konkrete Maßnahmen, sodass Sie sie bei eigenständigen Auffrischungen leicht richtig nachmachen können! Buchen Sie sich eine:n Erste-Hilfe-Trainer:in für eine Inhouse-Schulung.



Foto: © NazariyKarkhut/Gettyimages