



HELFI – OLYMPIADE 2020 für VOLKSSCHULEN 3. und 4. Klassen

PRAKTISCHE ERSTE HILFE MAßNAHMEN



HELFI – BEWERB 2020 für VOLKSSCHULEN

FRAGENKATALOG PRAXIS

STATION 1: NASENBLUTEN

AUFGABE: Was tust du bei Nasenbluten?

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| a) Du forderst den Verletzten auf, sich zu setzen und den Oberkörper nach vorne zu beugen | 2 | <input type="checkbox"/> |
| b) Der Verletzte muss Nasenlöcher zusammendrücken | 2 | <input type="checkbox"/> |
| c) Du legst ein kaltes Tuch auf den Nacken des Verletzten | 2 | <input type="checkbox"/> |
| d) Du bleibst beim Verletzten bis das Nasenbluten aufhört und tröstest ihn | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 12

STATION 2: KNOCHENBRUCH

AUFGABE: Wie leistest du bei einem Armbruch/ Beinbruch (Schiunfall) ERSTE HILFE?

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| a) Du sicherst die Unfallstelle oberhalb der Unfallstelle ab; (Schi gekreuzt aufstellen oder sichtbare Zeichen durch Winken geben) | 2 | <input type="checkbox"/> |
| b) Du öffnest beengende Kleidungsstücke und entfernst Armbanduhr oder Ringe/ du öffnest die Schischuhe, ziehst sie aber nicht aus | 2 | <input type="checkbox"/> |
| c) Stelle den verletzten Arm ruhig oder lege ein Armtragetuch an/ stelle das verletzte Bein ruhig und stütze es mit geeignetem Material ab | 2 | <input type="checkbox"/> |
| d) Der Verletzte soll bequem sitzen oder liegen; du schützt ihn mit Kleidungsstücken (Rettungsdecke) vor Unterkühlung | 2 | <input type="checkbox"/> |
| e) Du rufst die Rettung (144) | 2 | <input type="checkbox"/> |
| f) Du bleibst so lange beim Verletzten, bis weitere Hilfe eintrifft und tröstest ihn | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 16

STATION 3: WIEDERBELEBUNG

AUFGABE: Was tust du wenn eine Person vom Kletterturm fällt und reglos ist

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| a) Du führst die Bewusstseinskontrolle durch (laut ansprechen und sanft an den Schultern schütteln) | 2 | <input type="checkbox"/> |
| b) Hilferuf | 2 | <input type="checkbox"/> |
| c) Atemkontrolle (Atemwege frei machen und Atmung kontrollieren) | 2 | <input type="checkbox"/> |
| d) Keine normale Atmung (Wiederbelebung mit Defi) | 2 | <input type="checkbox"/> |
| e) Defi einschalten und Anweisungen befolgen (anderer Helfer: Herzdruckmassage fortsetzen) | 2 | <input type="checkbox"/> |
| f) Elektroden auf den trockenen Brustkorb kleben | 2 | <input type="checkbox"/> |
| g) Herzdruckmassage nur unterbrechen, wenn das Gerät es sagt, die Person aufwacht, wenn sie wieder normal atmet oder die Rettung da ist | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 18

STATION 4: VERBRENNUNG

AUFGABE: Wie leistest du bei Brandunfällen ERSTE HILFE?

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| a) Du bringst den Verletzten sofort aus der Gefahrenzone und hinderst ihn am Weglaufen | 2 | <input type="checkbox"/> |
| b) Du erstickst die Flammen an der Kleidung mit einem Tuch oder Decke, oder du übergießt sie mit Wasser oder tauchst die Kleidung ein | 2 | <input type="checkbox"/> |
| c) Du ziehst Einmalhandschuhe an | 2 | <input type="checkbox"/> |
| d) Du entfernst die Kleidung vorsichtig, reißt jedoch eingebrannte Kleidungsstücke nicht los | 2 | <input type="checkbox"/> |
| e) Du lässt sofort über die verletzten Stellen max. 10 Minuten oder bis der Verletzte fröstelt reines, handwarmes Wasser fließen | 2 | <input type="checkbox"/> |
| f) Du setzt den Verletzten nieder und bedeckst die Brandwunde mit einer keimfreien, metallisierten Wundauflage | 2 | <input type="checkbox"/> |
| g) Du rufst die Rettung (144) | 2 | <input type="checkbox"/> |
| h) Du deckst den Verletzten zu, tröstest ihn und bleibst so lange bei ihm, bis weitere Hilfe eintrifft | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 20

STATION 5: SCHNITTWUNDE

AUFGABE: Wie leistest du ERSTE HILFE bei einer schwach blutenden Wunde?

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| a) Du forderst den Verletzten auf, sich zu setzen | 2 | <input type="checkbox"/> |
| b) Du ziehst Einmalhandschuhe an | 2 | <input type="checkbox"/> |
| c) Du verwendest je nach Größe der Wunde ein Pflaster oder eine keimfreie Wundauflage und versorgst die Wunde | 2 | <input type="checkbox"/> |
| d) Du bleibst beim Verletzten und tröstest ihn | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 12

STATION 6: VERSTAUCHUNG (Handgelenk)

AUFGABE: Wie leistest du ERSTE HILFE bei einer Verstauchung?

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| a) Du fragst den Verletzten, wo es wehtut | 1 | <input type="checkbox"/> |
| b) Du forderst den Verletzten auf, sich hinzusetzen und die Hand möglichst ruhig zu halten. | 2 | <input type="checkbox"/> |
| c) Du nimmst ein Tuch, tauchst es in handwarmes Wasser und machst damit einen Umschlag um die Hand und lagerst sie ev. hoch | 2 | <input type="checkbox"/> |
| d) Du holst weitere Hilfe bzw. bittest jemanden den Arzt oder die Rettung zu verständigen | 1 | <input type="checkbox"/> |
| e) Du bleibst beim Verletzten und tröstest ihn | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

Wie hätte der Unfall vermieden werden können? 2

Verhalten der Helfer:

Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit 2

max. Punkte: 12

STATION 7: BEWUSSTLOSIGKEIT

AUFGABE: Wie leistest du ERSTE HILFE, wenn jemand bewusstlos ist?

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| a) Du sprichst den Verletzten laut an und schüttelst leicht an den Schultern | 2 | <input type="checkbox"/> |
| b) Laut um Hilfe rufen, damit jemand den Notruf wählt, einen Defibrillator und einen Verbandskasten holt | 2 | <input type="checkbox"/> |
| c) Überstrecke den Kopf des Verletzten | 2 | <input type="checkbox"/> |
| d) Du überprüfst die Atmung durch Hören, Sehen und Fühlen – maximal 10 Sekunden lang | 2 | <input type="checkbox"/> |
| e) Wenn der Verletzte atmet, aber nicht reagiert, bringst du ihn in die stabile Seitenlage, denn er ist bewusstlos | 2 | <input type="checkbox"/> |
| f) Du beugst seinen Kopf nach hinten, wendest das Gesicht dem Boden zu und öffnest den Mund | 2 | <input type="checkbox"/> |
| g) Du deckst den Verletzten zu (Rettungsdecke) | 2 | <input type="checkbox"/> |
| h) Du überprüfst jede Minute seine Atmung | 2 | <input type="checkbox"/> |
| i) Du bleibst so lange beim Verletzten und beobachtest ihn, bis weitere Hilfe eintrifft. | 1 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 21

STATION 8: HUNDEBISS an der Hand (Keine Tollwutgefahr)

AUFGABE: Wie leistest du ERSTE HILFE bei einer Bisswunde?

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| a) Du ziehst Einmalhandschuhe an | 2 | <input type="checkbox"/> |
| b) Du holst aus dem Verbandskasten eine keimfreie Wundauflage, Mullbinde oder Dreiecktuch und versorgst die Wunde | 3 | <input type="checkbox"/> |
| c) Du holst weitere Hilfe bzw. bittest jemanden, den Arzt oder die Rettung zu verständigen | 1 | <input type="checkbox"/> |
| d) Stelle fest, wem der Hund gehört und merke die Namen und Adresse des Hundebesitzers | 2 | <input type="checkbox"/> |
| e) Du bleibst beim Verletzten und tröstest ihn | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 14

STATION 9: STARKE BLUTUNG

AUFGABE: Wie leistest du ERSTE HILFE bei einer stark blutenden Wunde?

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| a) Du bringst den Verletzten außerhalb der Gefahrenzone | 1 | <input type="checkbox"/> |
| b) Du hilfst ihm sich hinzusetzen oder hinzulegen | 1 | <input type="checkbox"/> |
| c) Du verwendest Einmalhandschuhe | 2 | <input type="checkbox"/> |
| d) Du hältst den verletzten Körperteil hoch und drückst, wenn möglich mit einer keimfreien Wundauflage, direkt auf die blutende Stelle | 2 | <input type="checkbox"/> |
| e) Lege spätestens jetzt eine keimfreie Wundauflage auf die blutende Stelle und nimm aus dem Verbandskoffer einen saugfähigen Druckkörper | 2 | <input type="checkbox"/> |
| f) Mit einer Fixierbinde oder einem Momentverband fixierst du zuerst die Wundauflage und dann den Druckkörper | 2 | <input type="checkbox"/> |
| g) Du bittest jemanden, die Rettung zu verständigen | 2 | <input type="checkbox"/> |
| h) Du lagerst den Verletzten flach mit erhöhten Beinen und hältst den verletzten Körperteil hoch | 2 | <input type="checkbox"/> |
| i) Du deckst ihn zu, bleibst bei ihm und tröstest ihn | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 20

STATION 10: SCHÜRFWUNDEN (Ellbogen und Knie)

AUFGABE: Wie leistest du ERSTE HILFE bei einer tiefen Schürfwunde?

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| a) Du fragst den Verletzten, wo es weh tut und forderst ihn auf, sich hinzusetzen | 2 | <input type="checkbox"/> |
| b) Du ziehst Einmalhandschuhe an | 2 | <input type="checkbox"/> |
| c) Du holst aus dem Verbandskasten ein Pflaster oder eine keimfreie Wundauflage, Fixierbinde oder Dreiecktuch und versorgst die Wunden – wenn vorhanden mit klarem Wasser die Wunde reinigen | 3 | <input type="checkbox"/> |
| d) Du holst weitere Hilfe bzw. bittest jemanden, den Arzt und die Rettung zu verständigen | 1 | <input type="checkbox"/> |
| e) Du bleibst beim Verletzten und tröstest ihn | 2 | <input type="checkbox"/> |

Unfallverhütung:

- | | | |
|---|---|--------------------------|
| Wie hätte der Unfall vermieden werden können? | 2 | <input type="checkbox"/> |
|---|---|--------------------------|

Verhalten der Helfer:

- | | | |
|--|---|--------------------------|
| Zügige und ruhige Hilfeleistungen - Zusammenarbeit | 2 | <input type="checkbox"/> |
|--|---|--------------------------|

max. Punkte: 14