Frag nach!
Erste Hilfe

Jedes Mal ein neues Thema: Unsere Mitglieder fragen, unsere Experten antworten

1 ***Wie lange gilt ein Erste-Hilfe-Kurs?*** **Moritz P. aus Regensburg**

Der Erste-Hilfe-Kurs für den Führerschein gilt momentan noch ein Leben lang. Dennoch werden regelmäßige Auffrischungskurse im Zwei-Jahres-Abstand empfohlen. Bei wem der letzte Erste-Hilfe-Kurs schon Jahre zurückliegt, ist es ratsam, nicht nur einen Wiederholungslehrgang, sondern einen komplett neuen Vollkurs zu belegen!

2 ***Welche Erste-Hilfe-Maßnahmen muss ich beim Verkehrsunfall leisten?*** **Carla Z. aus Köln**

Verschaffen Sie sich erst einen Überblick, sichern Sie die Unfallstelle, sich selbst und andere Beteiligte. Rufen Sie frühestmöglich die 112 an und beschreiben Sie Ort, Art des Unfalls, Personen und Verletzungen. Bringen Sie Verletzte aus der Gefahrenzone (etwa mit dem Rautek-Rettungsgriff), legen Sie Bewusstlose in Seitenlage ab oder beginnen Sie eine Wiederbelebung (Herzdruckmassage und Mund-zu-Mund-Beatmung), wenn Sie keine Atmung und Lebenszeichen feststellen können. Versorgen Sie offene Wunden (Handschuhe tragen!), wärmen und beruhigen Sie die Verletzten. Bleiben Sie bei den Verunfallten, bis die Rettungskräfte eintreffen.

3 ***Was kann ich falsch machen?*** **Monika G. aus Halle-Neustadt**

Das einzig Falsche – und übrigens auch Strafbare – ist, nichts zu tun. Wer seine Angst überwindet und nach bestem Wissen und Gewissen hilft, handelt richtig – juristisch betrachtet. Aber auch gesundheitlich ist die unterlassene Hilfe immer fataler als ein falscher Handgriff bei der Erstversorgung.

4 ***Was kostet ein Erste-Hilfe-Kurs?*** **Lilli K. aus Kassel**

Das hängt vom Kursanbieter und der Art des Kurses ab. Der „kleine" Erste-Hilfe- oder LSM-Kurs (Lebensrettende Sofortmaßnahme) liegt bei etwa 25 Euro. Der „große" Erste-Hilfe-Kurs kostet ab ca. 35 Euro.

5 ***Wer bietet solche Kurse an?*** **Fred B. aus Burg**

Die großen Hilfsorganisationen wie ASB, DLRG, Johanniter, Malteser und Rotes Kreuz, die zusammen die Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe bilden (www.bageh.de). Außerdem gibt es noch eine Vielzahl von anerkannten privaten Anbietern, die aber häufig nur regional tätig sind. Unter Ihrem Ortsnamen und dem Suchwort „Erste-Hilfe-Kurs" werden Sie im Internet bestimmt fündig.

6 ***Kann ich allgemeines Erste-Hilfe-Wissen auch spezialisieren?*** **Wera K. aus Duisburg**

Ja, es gibt mittlerweile viele Spezialkurse, zum Beispiel für Kindernotfälle oder Sportunfälle, für Senioren, Behinderte oder Herzpatienten und sogar für den Outdoor-Bereich.

7 ***Genügt es, den Verbandskasten einfach ins Auto zu legen?*** **Marina F. aus Remscheid**

Besser: Machen Sie sich mit dem Inhalt vertraut und tauschen Sie abgelaufenes Material aus. Lesen Sie auch die beiliegende Broschüre durch und verwenden Sie sie im Notfall!

INFOS ZUM THEMA & KONTAKT

Erste Hilfe zu leisten, kann jeden treffen. Umso wichtiger ist es dann, sich im Notfall richtig zu verhalten. Im Notfallkoffer der neuen **BKK A.T.U Handy-App** finden Sie dafür alle Infos, wie Rufnummern vom Giftnotruf, ärztlichen Bereitschaftsdienst, Apothekennotdienst und viele mehr. Die App können Sie unter http://atu.gesundheit-mobile.de gratis mit Ihrem Smartphone herunterladen.

Gerne helfen wir Ihnen bei Fragen zu allen Gesundheitsthemen weiter. Senden Sie einfach eine Mail an: fragnach@bkk-atu.de. Wir freuen uns auf Ihre Post!

FOTO: iStockphoto