



ERSTE-HILFE-KURS FÜR SCHULEN

Die Fähigkeit, im Notfall schnell und korrekt zu reagieren, ist lebensrettend. Unser Erste-Hilfe-Kurs für Schulen ist speziell darauf ausgelegt, Lehrkräfte und weitere Mitarbeitende auf solche Situationen vorzubereiten. Mit praxisnahen Übungen und leicht verständlichen Anleitungen sollen Angst und Unsicherheiten abgebaut und das Selbstvertrauen in die eigene Handlungsfähigkeit gefördert werden.

Kursbeschreibung

Dieser Kurs deckt folgende Themenbereiche ab:

- Keine Angst vor Erster Hilfe: Psychologische Grundlagen und Hürdenüberwindung
- Stress abbauen – Aber wie? Tipps und Techniken für einen kühlen Kopf in Notfallsituationen
- Das XABCDE-Schema: Strukturierter Ablauf für die Notfallbewältigung
- Blutungen: Erkennen und kontrolliertes Handeln
- Atemwegsstörungen: Erste Schritte zur Freihaltung und Wiederherstellung der Atmung
- Kreislaufprobleme: Umgang mit Ohnmacht und anderen Kreislaufkrisen
- Wundversorgung: Saubere und sichere Erstversorgung von Verletzungen
- Schock: Erkennung und Erstmaßnahmen
- Allergien: Notfallreaktion bei allergischen Reaktionen
- Asthma und Hyperventilation: Unterstützung und Beruhigung bei Atemnot
- Verbrennungen, Vergiftungen: Richtiger Umgang mit thermischen Schäden und toxischen Einflüssen
- Notfälle auf Schulreisen oder im Klassenlager: Besondere Herausforderungen und Vorbereitung

SICHERHEIT, SZENE, SITUATION		
X	Exsanguination / Ausbluten	
Trauma	1. Manuelle Kompression 2. Druckverband oder ggf. direkte Anlage Tourniquet	
A	Airway / Atemweg	
Ersticken	Mundrauminspektion, Freimachen und Freihalten der Atemwege Absaugen, modifizierter Es-marchhandgriff, Atemweghilfen, supraglottische Atemweghilfen	
B	Breathing / Belüften	
Atmung	Atemfrequenz + Atemtiefe, Auskultation, Inspektion, SpO ₂ O ₂ Gabe, ggf. assistierte Beatmung, Entlastungspunktion bei V.a. Spannungspneumothorax	
C	Circulation / Kreislauf	
Puls	Puls, Rekap, Hautbeurteilung, BD Messung Untersuchung grosser Blutungsräume i.v. / i.o. -Zugang, angepasste Flüssigkeitssubstitution, ggf. anlegen Beckenschlinge	
D	Disability/ Defizit Neurologie	
Bewusstsein	Pupillenkontrolle, WASSB, Glasgow-Coma-Score Indikation zur Atemwegssicherung prüfen, ggf. Blutzucker ausgleichen	
E	Exposure / Entkleiden	
Untersuch	Suchen nach weiteren Verletzungen, Entkleiden, Temperatur Kontrolle Wärmehalt Patient zudecken, gewärmte Infusion, Heizung einschalten, Immobilisation erforderlich?	

TREAT FIRST WHAT KILLS FIRST



Kursstruktur

- Dauer: 1/2 Tag (4 Stunden mit Pausen)
- Ort: In Ihrer Bildungseinrichtung.
- Teilnehmer: Lehrkräfte und Mitarbeiter*innen wie Hausdienst, Sekretariat etc.



Lernziele

Nach Abschluss des Erste-Hilfe-Kurses werden Teilnehmerinnen und Teilnehmer in der Lage sein:

- Angst im Notfall zu reduzieren und effektiv zu handeln
- Lebensrettende Sofortmaßnahmen bei verschiedenen medizinischen Notfällen umzusetzen
- Notfälle von Bagatellen unterscheiden und beides korrekt bewältigen



Schulesuisse.ch ist eine Abteilung der Ernstfallausbildung.ch

