



Der AMD-Tipp 08/2023 von Dr. Franz Sedlmeyer, MSc



Erste Hilfe rettet Leben

Von unterschiedlichsten **Unfällen** bis hin zu **allergischen Reaktionen, Herzinfarkt** und **Schlaganfall** – die Anzahl der möglichen **Notfälle am Arbeitsplatz** ist genauso vielfältig wie die der Mitarbeitenden selbst. Dabei haben alle diese Szenarien eines gemeinsam: Mit einem entsprechenden **Basiswissen rund um die Erste Hilfe** lassen sich **Leben retten** und **Langzeit-Folgen minimieren**.

Deshalb haben die Arbeitsmediziner*innen des AMD Salzburg „**Erste Hilfe in Ihrem Betrieb**“ zusammengestellt, die diesem Tipp beiliegt und unter amd@amd-sbg.at als Poster im A2-Format bestellt werden kann. „Diese **Plakate** sollten in Unternehmen an **zentralen Plätzen** und/oder neben den Erste-Hilfe-Kästen **aufgehängt** werden um im Fall der Fälle einen schnellen, kurzen Überblick über die wichtigsten Maßnahmen zu bieten.“

Generell gelten **für alle Notfälle** – vom Gasunfall über den Stromunfall, Schock, Verätzung, Verbrennung und Vergiftung – **folgende Grundregeln**:

- **Ruhe bewahren**
- **Notruf tätigen**: Rettung **144**, Feuerwehr **122**, Polizei **133**, Euro-Notruf **112**
- **Unfallstelle absichern**
- **Personen aus der Gefahrenzone bringen**, aber den **Selbstschutz beachten!**
- **Verletzte nicht alleine lassen**.

Neben Unfällen gibt es auch **interne** oder **neurologische Notfälle** – etwa **Herzinfarkte** oder **Schlaganfälle**. Auch hier gelten die Grundregeln, aber zusätzlich ist **Folgendes zu beachten**:

Bei einem **Herzinfarkt** haben Patient*innen häufig ein **Beklemmungsgefühl**, **Schmerzen** in der Brust, die in den linken Arm ausstrahlen, **Atemnot**, **Todesangst** und einen **unregelmäßigen** oder **schwachen Puls**. Richtiges Handeln beinhaltet hier:

- Bei **Patient*innen bei Bewusstsein** eine **Lagerung mit erhöhtem Oberkörper**, das **Öffnen beklemmender Kleidung** und das **Beruhigen der Person**.
- Bei **Patient*innen ohne Bewusstsein** sind **Sofortmaßnahmen** zu ergreifen: Notruf wählen, Ersthelfer*innen informieren und stabile Seitenlage.
- Bei **Patient*innen ohne Atmung** sofort **Herzdruckmassage** (CPR) starten!

Bei einem **Schlaganfall** können Patient*innen folgende Symptome haben: **Lähmungserscheinungen** in Armen und Beinen, **hängende Mundwinkel**, **Sprachstörungen**, **Schwierigkeiten beim Sprechen und Verstehen**, **Sehstörungen**, einen **halbseitigen Ausfall des Gesichtsfeldes**, das Sehen von **Doppelbildern**, **Kopfschmerzen**, ungewöhnlich heftigen **Drehschwindel** und/oder plötzliche **Gleichgewichtsstörungen**. Es ist **bei jedem Verdacht** sofort der **Notruf zu verständigen!** Dabei unbedingt neurologische Probleme erwähnen, bzw. nach der neurologischen Abteilung fragen.

„Generell ist es wichtig, **auf Notfälle vorbereitet** zu sein und medizinische **Laien als Ersthelfer*innen auszubilden**“, weiß Dr. Franz Sedlmeyer, MSc. „Denn die gesamte Rettungskette ist nur so stark, wie ihr schwächstes Glied.“

Beim **AMD Salzburg** selbst – dem **größten Arbeitsmedizinischen Zentrums Westösterreichs** – arbeiten **Arbeitsmediziner*innen** und **Arbeitsmedizinisches Fachassistent*innen** Hand in Hand mit **Arbeitspsycholog*innen** und **Sicherheitsfachkräften**. Für weitere Informationen stehen Ihnen Ihre Präventivkräfte des gerne zur Verfügung.

Besuchen Sie auch unsere Homepage www.amd-sbg.at.

www.gesundessalzburg.at · www.amd-sbg.at · **Gesund und sicher arbeiten.**