

Modul 8: Bewusstlosigkeit

Kurzzusammenfassung:

Bewusstlosigkeit ist gefährlich. Ursachen: Kreislaufkollaps, Schlaganfall, Unterzuckerung usw. Wichtig: Reaktion prüfen, stabile Seitenlage, bei fehlender Atmung 112 rufen.

Dauer: 45-90 Minuten

Lernziele

- Bewusstlosigkeit erkennen
- Stabile Seitenlage üben
- Ursachen verstehen

Ablauf

1. Szene: Alexander kollabiert im Park
2. Reaktionscheck: Ansprechen - Rütteln - Prüfen
3. Stabile Seitenlage (Partnerübung)
4. Ursachenwürfel: Kreislauf, Schlaganfall, Unterzuckerung ...

Mögliche Leitfragen:

1. Woran erkennt man Bewusstlosigkeit?

- Reagiert die Person auf Ansprache?
- Atmet die Person normal?
- Welche Körperhaltung oder Signale fallen auf?

2. Welche Ursachen kann Bewusstlosigkeit haben?

- Kreislaufkollaps
- Flüssigkeitsmangel oder Hitze
- Sturz oder Schlag auf den Kopf
- Schock
- Herz- oder Atemprobleme
- Unterzuckerung

3. Was ist unmittelbar zu tun, wenn jemand bewusstlos ist?

- Auf Sicherheit achten
- Ansprechen und vorsichtig rütteln
- Atmung prüfen
- Notruf wählen

4. Wie bringt man eine bewusstlose Person in die stabile Seitenlage?

- Welche Schritte sind wichtig?
- Was muss man mit Armen, Beinen und Kopf machen?
- Warum ist die stabile Seitenlage so wichtig?

(Atemwege freihalten!)

5. Was tun, wenn die Person nicht atmet?

- Sofort 112 rufen
- Mit Herzdruckmassage beginnen
- Hilfe organisieren

6. Was darf man NICHT tun?

- Keine Getränke geben
- Person nicht alleine lassen
- Keine riskanten Bewegungen

Inhaltsvertiefung:

Bewusstlosigkeit bedeutet, dass eine Person nicht mehr ansprechbar, nicht orientiert und nicht kontrollfähig ist – und nicht gezielt auf Reize (z. B. Ansprechen, Berührung) reagiert. Es ist ein medizinischer Notfall, weil Bewusstlose ihre Atemwege nicht mehr schützen können → Gefahr des Erstickens!

1. Was ist Bewusstlosigkeit? (Definition)

Eine Bewusstlosigkeit ist der Ausfall:

- des Bewusstseins
- der Schutzreflexe (z. B. Husten, Schlucken)
- der Reaktionsfähigkeit

Je nach Ursache kann die Bewusstlosigkeit:

- kurzfristig (Sekunden bis Minuten)
- langdauernd (Stunden bis Tage)
- flach oder tief sein (von Benommenheit bis Koma)

sein.

2. Ursachen von Bewusstlosigkeit

Bewusstlosigkeit ist ein Symptom – keine eigene Krankheit.

Typische Ursachen:

2.1 Herz-Kreislauf-Ursachen

- kurzzeitige Kreislaufdysregulation (= Ohnmacht / Synkope)
- Herzinfarkt
- Herzrhythmusstörungen
- Starker Blutdruckabfall
- Schockzustände
- schwere Blutungen (innerlich/äußerlich)

2.2 Neurologische Ursachen

- Schlaganfall
- Hirnblutung
- Epileptischer Anfall
- Schwere Kopfverletzung (Gehirnerschütterung, Schädel-Hirn-Trauma)
- Gehirnhautentzündung

2.3 Stoffwechselstörungen

- Unterzuckerung (Diabetes!)
- Sauerstoffmangel
- Vergiftungen (z. B. Alkohol, Medikamente, CO-Vergiftung)
- Extreme Temperaturen (Hitze/Kälte)

2.4 Atemwegsprobleme

- Ersticken
- Allergischer Schock (Anaphylaxie)
- Asthma-Anfall
- Ertrinken

2.5 Psychogene Ursachen

- Stressreaktionen

→ meist kurz und ungefährlich, ABER immer kontrollieren!

3. Warnzeichen - wenn Bewusstlosigkeit droht

Oft kündigt sich Bewusstlosigkeit an:

- Schwindel
- Übelkeit
- Schwäche
- Schwarzwerden vor Augen
- Kaltschweißige Haut
- Blasse Lippen
- Verwirrung
- Unkoordinierte Bewegungen
- Undeutliche Sprache

Sollte die Person umfallen → immer Ersthelfermaßnahmen beginnen!

4. Erste Hilfe bei Bewusstlosigkeit - Schritt für Schritt

Hier gilt die wichtigste Regel der Ersten Hilfe:

Prüfen - Rufen - Drücken

1. Prüfen

Ansprechen

- „Hallo, können Sie mich hören?“
- Laut und deutlich
- Sanft an den Schultern rütteln

Atmung prüfen

- Kopf überstrecken, damit die Zunge nicht die Atemwege blockiert
- Sehen → hebt sich der Brustkorb?
- Hören → Atemgeräusche?
- Fühlen → Atem auf Wange spürbar?

→ Prüfung max. 10 Sekunden.

2. Rufen

Wenn keine Atmung oder keine normale Atmung →

Sofort 112 anrufen!

Falls Atem vorhanden, aber bewusstlos: trotzdem 112, weil Notfall.

3A. Wenn Person bewusstlos, aber atmet:

Stabile Seitenlage

Warum?

Damit:

- Zunge nicht nach hinten fällt
- Erbrochenes ablaufen kann
- Atemwege frei bleiben

Schritte:

1. Knie der Person anwinkelnd drehen
2. Nahen Arm 90° abwinkeln
3. Fernen Arm über Brust legen
4. Person zu dir drehen
5. Kopf überstrecken
6. Atmung regelmäßig kontrollieren

3B. Wenn Person bewusstlos und ohne Atmung:

Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)

Herzdruckmassage:

- Mitte des Brustkorbes
- 100-120 pro Minute drücken
- ca. 5-6 cm tief (beim Erwachsenen)
- Arm gestreckt, Körpergewicht nutzen

Beatmung (optional für Laien):

- 2 x beatmen nach 30x drücken
- nur wenn du es sicher beherrschst
- sonst nur drücken!

Defibrillator (AED):

- Gerät anschalten → klare Sprachanweisungen befolgen
- Pads wie abgebildet auf Brust kleben
- Gerät analysiert Rhythmus → Schock nur wenn angezeigt

5. Sonderfälle

5.1 Bewusstlosigkeit durch Unterzuckerung

- Typisch bei Diabetes
- Sehr blass, Schweiß, Zittern
- Bewusstlos = kein Zucker geben!
- Stabile Seitenlage, 112
- Bei wachem Zustand: Traubenzucker oder andere zuckerhaltige Nahrungsmittel oder Getränke

5.2 Bewusstlosigkeit durch Alkohol

- Häufig bei Jugendlichen
- Riskant wegen Erbrechen → Ersticken Gefahr
- Stabile Seitenlage
- Atmung überwachen
- 112 bei Bewusstlosigkeit

5.3 Nach epileptischem Anfall

- Schutz vor Verletzungen
- NICHT festhalten
- NICHT zwischen die Zähne greifen
- Nach Anfall → stabile Seitenlage
- 112, wenn:
 - Immer bei erstmaligem Anfall
 - mehrere Anfälle hintereinander
 - Person nicht wieder erwacht
 - Schwangerschaft

5.4 Bewusstlosigkeit nach Unfall / Schlag auf den Kopf

→ Verdacht auf Schädel-Hirn-Verletzung

- Nicht bewegen
- Atmung prüfen
- Stabile Seitenlage nur wenn nötig
- Sofort 112

6. Gefahren bei Bewusstlosigkeit

- Erstickung durch Zunge oder Erbrochenes
- Atemstillstand
- Herzstillstand
- Schock
- Hirnschäden durch Sauerstoffmangel
- Schwere Verletzungen durch Sturz

7. Besonderheiten bei Kindern

- Oft Ursache: Fieberkrämpfe, Stürze, Ersticken
- Atmung sorgfältig prüfen
- Stabile Seitenlage auch bei Babys
- Bei Säuglingen:
 - Kopf weniger überstrecken
 - HLW mit 2 Fingern

Kinder verlieren schneller Sauerstoff → immer 112 rufen.

8. Prävention

- Ausreichende Flüssigkeit
- Medikamenteneinnahme beachten
- Unterzucker vermeiden
- Risikosportarten schützen (Helm!)
- Alkoholbedingte Gefahren vermeiden
- Bei Herzpatienten: regelmäßige Kontrolle
- Bei Vorerkrankungen: Notfallausweis

9. Zusammenfassung für Ersthelfer

- Nicht ansprechbar? → Bewusstlos
- Atmung prüfen
- Keine Atmung → 112 + Herzdruckmassage
- Atmung vorhanden → stabile Seitenlage
- Regelmäßig Atmung kontrollieren
- Niemals Getränke/Medikamente geben
- Bei Unsicherheit immer 112 wählen