

In Gefahrensituationen richtig reagieren - was jeder tun kann

Vorwort:

In eine gefährliche Situation zu geraten ist ein Umstand, den im Prinzip jeden Menschen immer sowie überall betreffen kann. Nicht selten wissen nur die Wenigsten, wie man sich in solch einem Moment richtig verhält. Panik und Durcheinander sowie ein gewisser Grad der Lethargie bestimmen in der Regel das Geschehen. Die Situation als gefährlich zu verstehen und auch zu begreifen, ist nicht einfach, weil in den ersten Sekunden realisiert werden muss, dass gerade etwas geschieht, was kaum alltäglich sein wird. Verhaltensweisen werden an den Tag gelegt, welche zwar nicht zur Normalität gehören, dennoch nicht unbedingt ungewöhnlich sein müssen. Doch genau das Handeln bestimmt häufig, wie sich die aktuelle Gefahrensituation weiterentwickelt.

Einige Gefahrensituationen im Überblick:

Im Alltag existieren im Prinzip bereits an jedem Ort Möglichkeiten, wo Menschen sich und andere in Gefahr bringen können. Sei es im Haushalt, am Arbeitsplatz, im Straßenverkehr oder diversen Institutionen. Niemand ist vor Gefahrenlagen gefeit, doch ist sie ein Mal eingetreten, muss schnell und kompetent gehandelt werden.

Brände:

Feuer existierte bereits lange, bevor die Menschheit begann, den Erdball zu bevölkern. Als letztgenanntes vor vielen Tausend Jahren geschah und man herausfand, wie Feuer für den Alltag nutzbar gemacht wurde, machte sich verständlicherweise keiner über Themen wie den Brandschutz oder Fürsorgepflicht Gedanken. Dennoch sind gerade in der Zeit sicherlich viele Unfälle und Brände entstanden, eben weil Menschen viel zu sorglos mit dem Feuer umgegangen sind oder einfach nicht wussten, welche Gefahr von Feuer ausgehen kann. In der heutigen Zeit ist es so, dass sich die Nutzung nicht mehr nur auf Lagerfeuer im Freien beschränkt, längst wird dies auch im eigenen zu Hause im Innenbereich oder beispielsweise Garten benötigt. Hierbei gibt es wiederum unterschiedliche Gefahrensituationen, welche auftreten können:

Schornsteinbrand:

Gerade in der Heizperiode kommt es immer wieder zu sogenannten Schornsteinbränden. Die Ursachen hierfür können unterschiedlicher nicht sein. Ein versotteter oder auch verstopfter Schornstein mitsamt Abzug kann dazu führen, dass sich Rückstände in diesem entzünden können. Wenn zu feuchtes Holz im Ofen beziehungsweise Kamin verbrannt wird, sammelt sich die Feuchtigkeit, welche durch den Verbrennungsprozess im Abzug emporsteigt und vermischt sich mit den Feinrußpartikeln.

Dieses Gemisch setzt sich dann in der Folge sowie fortlaufend ab und verfestigt sich. In diesem Zusammenhang entsteht Glanzruß und andere Rückstände, welche sich im Schornstein sammeln und im schlimmsten Fall entzünden können. Sicherlich ist Vorsorge immer besser, als Nachsicht. Das Holz, welches verbrennt wird, sollte eine Restfeuchte von unter 20 Prozent besitzen, damit es als trocken und verheizbar gilt. Auch sollte man keine Essensreste, Textilien und Abfälle im Allgemeinen im Ofen beziehungsweise Kamin verbrennen. Zudem ist das Heizen mit Holz nicht zu empfehlen, wenn es draußen stürmt und der Wind stark weht. Dieser kann wiederum in den Schornstein gelangen und für einen Rückstoß sorgen sowie das Feuer stärker entfachen. Eine Verpuffung, Schwel- oder Wohnungsbrand kann dann die Folge sein.

In so einer Situation ist es wichtig, sich unbedingt in Sicherheit zu bringen und den Notruf zu wählen. Im Idealfall reagierte bereits der Rauchmelder und aufmerksame Nachbarn haben bereits die Feuerwehr kontaktiert, welche nach dem Rechten sieht. Doch darauf kann man sich nicht immer verlassen, denn häufig bleiben Brände in den ersten Minuten unbemerkt und breiten sich schnell in den Räumen aus. Wenn Hab und Gut zu Schaden kommt, dann ist das immer ärgerlich, doch materielle Dinge kann man stets ersetzen, Menschenleben wiederum nicht. Ein Feuer im Schornstein direkt zu löschen, sollte man nicht tun.

Zum einen kann man durch die Hitze und aufsteigendem sowie auftretenden Rauch vom Dach fallen. Zum anderen können giftige Verbrennungsgase austreten und zur Bewusstlosigkeit führen. Nur ausgebildetes Feuerwehrpersonal weiß, wie und mit welchen Mitteln man Herr der Lage werden kann. Sich und andere involvierte Menschen in Sicherheit bringen sowie den Notruf wählen sind bereits die zwei wichtigsten Handlungsweisen, auf die es in der Folge von solch einem Schornsteinbrand ankommt.

Brand im Wohnbereich / Garten / Balkon:

Es muss nicht immer ein Schornsteinbrand sein. Schon eine kleine Unachtsamkeit genügt und das Desaster ist perfekt. Eine umgefallene Kerze oder auch angebranntes Essen, welches sich noch auf dem Herd befindet, können genügen, um einen Brand auszulösen. Aber auch Zigarettenstummel, kleine Teelichter oder Kurzschlüsse sind nur einige von vielen Ursachen, welche zu Bränden führen können. Wenn der Brand lokal auf nur eine sehr kleine Fläche begrenzt ist, kann man unter Umständen versuchen, mit einem im Haushalt befindlichen Feuerlöscher den Brand einzudämmen. Auf Nummer sicher zu gehen und die Feuerwehr zu verständigen, kann jedoch sinnvoller und notwendig sein.

Wenn ein Grill in Brand gerät und dieser beispielsweise mit Strom oder Gas betrieben wird, so ist besondere Eile und Vorsicht geboten. Die Elektroanlage beziehungsweise Gasflasche, je nach Grillart, können in Brand geraten, letztgenanntes sogar explodieren. Es ist so oder so ratsam, solche Modelle auf befestigtem, nicht brennbarem Untergrund zu positionieren, bevor der jeweilige Grill genutzt wird, eine Rasenfläche ist hierfür nicht geeignet. Aber auch Holzkohlegrills bergen die Gefahr, dass sich das Feuer ausbreiten und auf Hecken oder Wohnbereiche ausbreiten können, oft reicht hierfür schon ein Windzug. Ausreichend Abstand zu diesen einhalten, sollte so gesehen zum Grundverständnis mit dazugehören, was die Brandprävention betrifft. Im Brandfall gilt hier ebenso der Schutz von Personen vor Sachwerten.

Viele Vermieter erlauben zudem kein Grillen oder Verbrennen auf Terrassen, im Garten sowie Balkonen. Wird dieser Passus ignoriert, greift im Nachgang in der Regel auch kein Versicherungsschutz, ein möglicher Brand hätte beim Einhalten derartiger Vorgaben nämlich gar nicht auftreten können. Das Verbrennen im Freien ist in vielen Kommunen klar geregelt. Diese Zeiten sind unbedingt einzuhalten, denn nicht in jedem Monat darf man im heimischen Garten sowie auf Grundstücken verbrennen. Sich über die gültigen Warnbrandstufen zu informieren, gehört in dem Zusammenhang mit dazu.

Unfälle:

Sich im Alltag zu schützen, ist nicht immer leicht. Kaum jemand kann sich 24 Stunden und an 365 Tagen im Jahr vor Verletzungen sowie Unfällen schützen. Dafür fehlt einfach die Zeit sowie immer zu einhundert Prozent aufmerksam durch das Leben zu gehen. Meistens geschehen Unfälle dann, wenn man sie am wenigsten gebrauchen kann sowie erwartet.

Haushaltsunfall:

Plötzlich ist es passiert, man hat sich beim Kochen oder Braten beziehungsweise Backen die Finger verbrannt oder aus Versehen mit Bratenfett bekleckert. Hohe Temperaturen können für Verbrennungen und große Schmerzen sorgen. Oft reicht schon das bloße Kühlen und provisorische Bandagieren, bevor eine Abklärung beim Arzt erfolgt. Nicht immer muss man den Notruf wählen, gerade dann, wenn man sich selbst medizinisch versorgen oder im Anschluss eine Praxis aufsuchen kann. Bekannte, Nachbarn oder Familienmitglieder um Hilfe bitten, ist in so einem Moment keine Schade. Sie können einen selbst zur nächsten Praxis oder in ein Krankenhaus transportieren.

Bei Schnittverletzungen, Stürzen, Verletzungen am Kopf beziehungsweise Halswirbelsäule sollte man Ruhe bewahren. Sich möglichst wenig bewegen und wenn realisierbar den Notruf wählen, wäre eine wichtige Handlungsweise. Andere auf sich aufmerksam machen, ist ebenfalls notwendig, gerade dann, wenn man zum Unfallzeitpunkt alleine vor Ort ist. Viele Unfälle passieren aus der Unaufmerksamkeit heraus. Wasser in heiße Pfannen mit Öl zu gießen kann für heiße, aufsteigende Rauchsäulen sorgen und Verbrennungen im Gesicht verursachen. Chemische Reinigungsmittel in die Augen zu bekommen oder gar zu verschlucken, gehört zu den häufigsten Unfällen mit dazu.

Die Augen mit Wasser ausspülen kann als erste Maßnahme helfen, auf jeden Fall sollte man hier einen Arzt sofort konsultieren. Wenn ätzende beziehungsweise chemische Reinigungsmittel verschluckt wurden, auf keinen Fall mit Milch oder Wasser nachspülen und sofort den Giftnotruf wählen. Die dafür notwendige Telefonnummer sollte man immer und überall bereit sowie im Smartphone eingespeichert haben. Ein Aufstoßen und Reflux sollte generell vermieden werden, da dies die Speiseröhre sowie Atemwege zusätzlich reizen kann. Die betroffene Person darf man während des Wartens auf den Notarzt nicht alleine sowie unbeaufsichtigt lassen.

Sofern der Haushaltsunfall durch einen Sturz charakterisiert wird, sollte man die betroffene Person möglichst wenig bewegen, prüfen, ob diese ansprechbar ist und auf Körpersignale achten. Nicht immer ist die stabile Seitenlage ein geeignetes Mittel, es kommt auf die Art des Sturzes und Verletzung an. Oft reicht es bereits, die Beine des Verletzten hochzulegen und den Notarzt zu rufen, sofern der Sturz selbst schwerwiegend war und die Mobilität der betroffenen Person entscheidend einschränkt. Auf Nummer sicher zu gehen und die Notrufnummer zu wählen, ist in solchen Fällen nichts, wofür man sich schämen muss. Viele Menschen sind medizinische Laien und können von außen deshalb nicht einschätzen, was für ein körperlicher Schaden konkret vorliegt.

Unwetter und Sturm:

Kündigt sich ein Sturm an, so ist es wichtig, rechtzeitig zu handeln und alles, was im Außenbereich nicht niet,- und nagelfest ist, zu fixieren beziehungsweise zu demontieren sowie zu entfernen. So lassen sich schon im Vorfeld viele Unfälle und Schäden verhindern. Oft bleibt hierfür jedoch nicht ausreichend Zeit und man wird von einem Unwetter überrascht. Wer kann, sollte sich im eigenen Wohnraum aufhalten und nicht versuchen, Schäden während eines Sturmes zu regulieren, beispielsweise Dachziegeln aufzusammeln. Es besteht die Gefahr, von herabfallenden Dachziegeln verletzt oder gar erschlagen zu werden. Sicherheit geht stets vor.

Die Aufräumarbeiten sollten also erst nach dem Abklingen des Unwetters vorgenommen werden. Schäden sind für die Regulierungen durch Versicherungen fotografisch beziehungsweise per Videoaufnahme zu dokumentieren. Viele Versicherungen müssen in der heutigen Zeit nicht im Vorfeld abgeschlossen werden. Doch im Schadensfall bleibt man ohne solch eine auf den Reparatur- und Instandhaltungskosten sitzen. Zum Beispiel eine Elementarversicherung, Hausratversicherung und Glasversicherung im Vorfeld abzuschließen, kann sich so gesehen also lohnen.

Häufig wird man von einem Sturm überrascht und kann sich nicht mehr rechtzeitig in die eigene Wohnung oder Haus retten. Hier ist es wichtig, sich flach auf den Boden zu legen, am besten mit dem Kopf nach unten. Notfalls kann man auch in die Hocke gehen und den Kopf schützend zwischen die Beine legen, die Arme mitsamt Händen befinden sich dann am Hinterkopf. So besitzt der Wind weniger Angriffsfläche, was den menschlichen Körper betrifft. Viele suchen Schutz in Tunnelsysteme, hier muss man aufpassen, dass diese nicht zur Falle werden, gerade was mögliche Flutungen oder auch Windböen betrifft.

Vorab die richtige Kaufentscheidung treffen:

Schon lange vor einem Schadensfall durch ein Unwetter beziehungsweise starken Sturm kann man Vorkehrungen treffen, dass solch ein Ereignis einem hoffentlich nie ereilt. Wer vor der glücklichen Situation steht, eine Immobilie erwerben zu können, sollte vorab prüfen, ob die dafür ausgesuchte Gegend in der Vergangenheit bereits von Stürmen sowie Unwetter betroffen war. Solche Risikolagen sollte man bei einem negativen Ergebnis lieber meiden, denn es ist nicht klar, ob jede Versicherung in Gegenden dieser Art einem potenziellen Versicherungsnehmer Angebote unterbreiten möchte. Zudem möchte sicherlich niemand in eine Immobilie investieren und ständig Angst haben müssen, dass das Eigenheim unvorbereitet Schaden nimmt, durch beispielsweise ein Unwetter.

Überschwemmung:

Der letztgenannte Aspekt kann auch auf Gegenden bezogen werden, welche häufiger von Überflutungen sowie Überschwemmungen heimgesucht worden sind. Hier ist die Chance groß, dass irgendwann wieder so ein Ereignis eintritt. Auch wenn die Immobilienpreise an Flüssen und Seen häufig viel niedriger sind, als im Umfeld, so hat das immer einen Grund, eben die Risikolage. Wer schon im Vorfeld weiter denkt, sollte diesen wichtigen Fakt nicht außer Acht lassen.

Wohnt man bereits in einer Gegend dieser Art und wird Opfer einer Überschwemmung, so kann man erst mal gar nicht so viel tun. Wassermassen lassen sich in der Breite nie komplett eindämmen. Jeder Betroffene sollte, wenn möglich, sich in obere Stockwerke oder auf das Dach in Sicherheit bringen, sowie Stromleitungen vermeiden. Diese können bei Wasserkontakt Kurzschlüsse und lebensgefährliche Stromschläge verursachen. Wird eine Überflutung angekündigt, sollte jeder Hausbesitzer die Immobilie rechtzeitig vom Stromkreislauf trennen und sämtliche Sicherungen, wenn möglich, entfernen und alle elektrischen Geräte abkoppeln.

Auch das Abstellen der Wasserversorgung und das Errichten von Barrikaden, beispielsweise Sandsäcke, kann vor und auch noch während einer Überschwemmung helfen. Wichtig ist, sich und andere in so einer Situation nicht unnötigen Risiken auszusetzen, im Einzelfall muss also abgewogen werden, welche Maßnahmen einen Sinn ergeben. In einer sicheren Höhe auf Hilfe warten und sich bemerkbar zu machen, kann stets Leben retten. Materielle Dinge, Möbel und Einrichtungsgegenstände lassen sich ersetzen. Wenn jedoch noch Zeit vorhanden ist, kann man im Vorfeld, also vor einer möglichen Überflutung grundlegendes Mobiliar und wichtige Dinge bereits in Sicherheit bringen, beispielsweise in das Dachgeschoss.

Auseinandersetzungen – tätliche Übergriffe:

Immer wieder werden Menschen Opfer von Gewalttaten. Entweder in den eigenen vier Wänden oder auch in der Öffentlichkeit kommt es jeden Tag zu Auseinandersetzungen. Nicht selten münden diese von nonverbalen Attacken in Schlägereien. Doch wie sollten Personen reagieren, wenn man selbst Opfer oder Zeuge wird?

Wenn man selbst Opfer ist:

Die Ruhe bewahren, sich möglichst nicht provozieren lassen, schließlich sind Worte eben nur Worte, nicht mehr und nicht weniger. Beruhigend kommunizieren und schlichtend wirken kann dazu beitragen, dass die Situation nicht eskaliert. Hilft dies nicht und der potenzielle Täter wird handgreiflich, so ist es wichtig, umliegende Passanten um Hilfe zu bitten. Dies kann durch Handzeichen geschehen oder durch die persönliche Ansprache.

Verständlich zu machen, dass man sich in einer akuten Notsituation befindet, ist sehr wichtig. Sich im Angriffsfall der Notwehr zu bedienen, sollte nur das allerletzte Mittel sein, denn niemand weiß, wie der Gegenüber darauf reagiert. Sollte es die Situation erlauben, so kann auch das Absetzen eines Notrufs beziehungsweise Wahl der Notrufnummer eine Option sein. Im Vordergrund steht hier immer die Deeskalation sowie der Eigenschutz.

Wenn eine andere Person zum Opfer wird:

Nicht selten hört man, dass Zivilcourage und unterlassene Hilfeleistungen zusammen erwähnt werden. Prinzipiell wollen die meisten helfen, wenn andere Menschen öffentlich beispielsweise geschlagen, getreten sowie verletzt werden. Das Problem ist, viele trauen sich nicht und schauen weg oder ignorieren solch einen Vorfall. Der Grund hierfür ist nachvollziehbar, hilft jedoch dem Opfer nicht. Man hat schlichtweg Angst, selbst attackiert zu werden. Schon das Anrufen der 110-Nummer ist ein Beitrag, Hilfe zu leisten. Hierbei drei der fünf bekannten W-Fragen im Hinterkopf zu haben, sollte reichen, um den Sachverhalt kurz und knapp telefonisch zu übermitteln.

Was ist passiert?

Wo ist es passiert?

Wer ist involviert?

Warten auf Rückfragen / Warum? und Wie? treffen als Fragen hier eher nicht zu, da in der Regel die Umstände sowie das Drumherum Außenstehenden kaum bekannt sein dürfte. Als Zeuge zu , hilft dem Opfer später, notfalls vor Gericht, Recht zu bekommen und einen Ausgleich zu schaffen, durch die Bestrafung des jeweiligen Täters.

Je nach Situation kann man natürlich auch selbst einschreiten, den potenziellen Täter durch eine ruhige sowie besonnene Kommunikation dazu zu bringen, sein Vorhaben aufzugeben und vom Opfer abzulassen. Doch aufgepasst, ist dieser bewaffnet, steht wiederum der Eigenschutz im Vordergrund, denn die Person könnte sich durch das Einmischen in die Situation wiederum provoziert sowie in die Ecke gedrängt fühlen und helfende Personen attackieren. Niemand wird die Vorgeschichte und das Schicksal eines Täters kennen, außer die Person gehört zum eigenen Umfeld mit dazu.

Darum kann kaum jemand absehen, wie der nächste Handlungsschritt sein wird, wenn man sich proaktiv und schützend einmischt. Traumata oder soziale Disharmonien können hier mit herein spielen. Jeder Außenstehende sollte also individuell abwägen und die Situation versuchen, möglichst objektiv sowie schnell einzuschätzen. Überstürzte Handlungen führen oft dazu, dass sich die Lage sogar noch verschlimmert.

Besonders Tätergruppen können durch externe Hilfe angestachelt und hochgepusht werden, sich weitere Opfer zu suchen. Diesen Umstand muss man verhindern, gerade dann, wenn ersichtlich ist, dass der jeweilige Täter alkoholisiert ist oder unter Drogen steht. Provokationen helfen ebenso wenig, wie unüberlegte Aktionen.

Terrorismus / Anschlag:

Seit dem Anschlag am 11. September 2001 ist gefühlt nichts mehr so, wie es ein mal war. Zumindest seit dem Zeitpunkt wissen die meisten Menschen weltweit, dass man theoretisch immer sowie überall in eine Anschlagssituation geraten kann. Ist dies geschehen, heißt es Ruhe bewahren. Viele Menschen werden chaotisch agieren, wild umherlaufen und auch laute Geräusche, sei es Schreie oder andere akustische Signale gehen mit so einer Situation einher. Sich verstecken und keine Angriffsfläche für einen oder mehrere mögliche Täter bieten, heißt die Devise.

Der Eigenschutz steht dabei an vorderster Stelle und natürlich dürfen eintreffende Einsatzkräfte in ihrer Arbeit nicht behindert werden. Anschläge sind Ausnahmesituationen, welche zunächst unübersichtlich sind. Wenn möglich den Notruf wählen und sich aus dem Geschehen heraushalten, ist elementar wichtig. Auf keinen Fall sollte man einen oder mehrere mögliche Täter alleine versuchen zu stellen, dies kann im schlimmsten Fall tödlich enden. Als nicht ausgebildete Person weiß man auch gar nicht, welche Szenarien in Sachen Anschlag sowie Terrorismus eintreten können.

Bisse:

Von einem Tier gebissen zu werden, ist eigentlich gar keine Seltenheit. Im Gegenteil, täglich werden viele Menschen beispielsweise von Tieren aus dem nahen Umkreis gebissen, aber auch bei Spaziergängen im Wald kann dies geschehen.

Hundebiss:

Oft wird geraten, dass man sich flach auf den Boden legen sollte, wenn ein Hund dabei ist, anzugreifen. Dieser Tipp kann in der Tat sehr nützlich sein. Wegrennen nützt in vielen Fällen nichts, denn das Tier wird zumeist schneller sein. Den Arm anzuwinkeln und vor den Körper zu legen hilft unter Umständen, das Tier auf Distanz zu halten, auch wenn sich dieser mit einem Biss darin verfängt. Seine sensiblen Körperbereiche wie Kopf, Hals und Organe zu schützen, steht hier im Vordergrund.

Wurde man bereits von einem Hund gebissen und hat die Gelegenheit, abseits des Tiers in Sicherheit sein zu können, so sollte man die betroffene Stelle, sofern möglich, abbinden. So kann man die Blutung verlangsamt werden. Mit einem Bindfaden, zusammengerolltem T-Shirt, Gürtel oder Strick kann dies realisiert werden, im gleichen Atemzug ist es wichtig, den Notarzt zu rufen. Im Idealfall ist noch jemand vor Ort, der hier helfend zur Seite stehen kann. Vorab die entsprechenden Impfungen zu besitzen, kann lebensrettend sein, denn auch Hundebisse sind nie steril.

Schlangenbiss:

Zugegeben, in den europäischen Breitengraden kommen giftige Schlangenarten nur selten vor. Dennoch ist es ratsam, mit Bedacht zu handeln, wenn man Opfer eines Schlangenbisses wurde. Nicht immer ist sofort ärztliche Hilfe vor Ort. Wer sich mit Schlangen nicht auskennt, kann kaum abschätzen, ob der Biss von einer giftigen oder tendenziell eher harmlosen Schlangenart stammt. Wurde man in einen Arm oder Bein gebissen, sollte dieses schnell abgebunden werden, damit mögliches Gift sich nicht so schnell im eigenen Körper ausbreiten kann.

Speziell Gifte, welche nekrotisierend oder lähmend wirken, sollte man nicht unterschätzen, denn was Tiere tötet, kann für Menschen ebenso gefährlich werden. Gerade ältere Menschen sowie Kinder haben nicht zwingend ein so gutes Immunsystem, wie jüngere Erwachsene. Den Notruf

wählen und genau schildern, was vorgefallen ist, sollte stets mit zu den ersten Handlungsweisen gehören.

Pilzvergiftung:

Jedes Jahr im Herbst locken Wiesen sowie Wälder Menschen an, welche dort Pilze sammeln wollen. Wenn man sich mit den Sorten und Arten sehr gut auskennt oder weiß, wo die späteren Funde sicher bestimmt werden können, ist das im Grunde auch gar kein Problem. Viele Pilzsucher gehen jedoch oft zu unbedacht an die Sache ran und denken, dass die erspähten sowie gesammelten Pilze alle essbar sind. Häufig täuscht man sich hier jedoch, denn zahlreiche Exemplare, welche genießbar und essbar sind, besitzen sogenannte Doppelgänger, welche wiederum im schlimmsten Fall tödlich sind, wenn diese verzehrt wurden.

Auch wenn essbare Pilze falsch zubereitet wurden, kann das fatale Folgen haben. Es ist also sehr wichtig, bei Vergiftungserscheinungen sofort den Notruf zu wählen, bestenfalls hat man noch etwas von den bereits verzehrten Pilzen über. So können Ärzte später im Krankenhaus feststellen, um welche Art von Pilzen es sich handelte. Was der Bauer nicht kennt, isst dieser auch nicht. Diese Weisheit kann Leben retten, denn unbekannte Pilzexemplare sollte jeder lieber stehen lassen, statt diese auf gut Glück mit nach Hause zu nehmen.

Viele denken, dass jeder Pilz essbar ist, welcher unter dem Schirm keine Lamellen beziehungsweise Rillen besitzt, dafür jedoch einen Schwamm. Dies ist natürlich ein Irrtum, denn es gibt eine Menge Pilzsorten mit Lamellen, welche richtig zubereitet essbar sind. Im Umkehrschluss existieren Arten, welche unter der Kappe einen Schwamm besitzen und dennoch giftig beziehungsweise ungenießbar sind. Ebenso kann nicht immer das Vorhandensein eines Ringes am Pilzstiel Aufschluss darüber geben, ob dieser nun giftig ist oder nicht. Sich bei der Pilzbestimmung nicht auf Bücher zu berufen, sondern im Zweifel einen versierten Pilzkenner zu konsultieren hilft, Unklarheiten zu beseitigen sowie eine mögliche Katastrophe abzuwenden.

Ertrinken:

Sich im Wasser abzukühlen oder darin zu schwimmen beziehungsweise zu spielen gehört für jeden Menschen zur Normalität mit dazu. Doch immer wieder überschätzt man sich hierbei, wird von einer Strömung abgetrieben oder befindet sich in einer Situation wieder, wo man so schnell alleine nicht herauskommt. Wenn das eigene Ertrinken droht, muss man stets Ruhe bewahren, mit seinen Kräften haushalten und versuchen, auf sich kontinuierlich aufmerksam zu machen. In ruhenden Gewässern kann man versuchen, sich flach auf den Rücken zu legen und durch langsame Ruderbewegungen über Wasser zu halten.

Alternativ können langsame Arm- und Beinbewegungen helfen, sich über Wasser zu halten, bis Hilfe eintrifft. Ruckartige Bewegungen sorgen nur dafür, dass man schnell keine Kraft mehr hat und untergeht. Wenn Krämpfe vorhanden sind, sollte man dies versuchen, ebenfalls anzuzeigen und Ruhe zu bewahren. Wenn man selbst vor dem Ertrinken steht, sollte man versuchen, einen festen Halt oder Stand zu bekommen, sofern die Wassertiefe es zulässt beziehungsweise das Ufer sich in der Nähe befindet.

Aber auch andere Menschen können vom potenziellen Ertrinken bedroht sein. In erster Linie sollte man den Notruf wählen und je nach eigener Kompetenz der Person zu Hilfe kommen. Bei Strömungen wiederum ist Vorsicht geboten, hier nicht einzugreifen ist häufig ratsam, damit helfende Menschen nicht zwei Personen bergen müssen. Häufig kommen in solch einer Ausnahmesituation emotionale Umstände hinzu, gerade wenn es sich beim Ertrinkenden um einen Angehörigen handelt. Vernunft und Voraussicht sind gefragt, statt unbedachtes Handeln.

Abzuwägen, ob das Risiko eingegangen werden kann, helfend zu wirken ist von Bedeutung.

Medizinischer Notfall – Herz-, oder Hirninfarkt:

Wenn eine Person sich plötzlich an sein Herz greift, um Atem ringt oder sich nicht mehr verständigen kann, muss schnell gehandelt werden. Hierbei kann es sich um einen Herz- oder Hirninfarkt handeln. Schnell die Notrufnummer wählen und dabei beruhigend auf die betroffene Person wirken, hilft in den ersten Minuten. Diese in die stabile Seitenlage zu bringen oder zumindest beide Beine hoch zu lagern, kann ebenfalls helfen.

Stets den Augenkontakt zu wahren und miteinander zu reden, wird ebenfalls empfohlen, sofern dies möglich ist. Verliert die Person das Bewusstsein oder setzt die Atmung beziehungsweise der Herzschlag aus, können sanfte und rhythmische Herzdruckmassagen dazu führen, dass der Betroffene nicht verstirbt. In so einer Situation Zeit zu gewinnen, ist für diesen nämlich sehr wichtig. Das Lied Atemlos von Helene Fischer kann bei der Herzdruckmassage helfen, den richtigen Rhythmus zu finden, denn der Takt bildet praktisch die Abstände, wie oft man mit den Handballen mittig der Brust einen sanften, aber bestimmenden Druck ausübt.

Fünf bis sechs Zentimeter tief drücken, lautet in der Regel die Faustformel. Auch die temporäre Beatmung während der Herzdruckmassage kann unterstützend wirken. Dabei hält man die Nase des Betroffenen zu und versucht über den oralen Weg der Lunge Luft durch die Mundbeatmung zuzuführen. Dreißig mal Druck auf den Brustkorb ausüben und dann zweimal beatmen, danach das Ganze mehrmals genauso wiederholen, bis Hilfe eintrifft. Hierbei die Haustür offenzulassen, sofern sich die Situation in den Innenräumen abspielt hilft, dass Sanitäter schneller zum Betroffenen gelangen können.

Idealerweise besitzt man bereits Erfahrungen in dem Bereich, beispielsweise durch das frühere Ablegen eines Erste-Hilfe-Kurses. Sich auf seine Sinne zu verlassen und auf die kleinsten Veränderungen zu reagieren, ist ebenso notwendig, wie der unmittelbare Moment nach beispielsweise einem Herz- oder Hirninfarkt. Zudem ist zu beachten, dass wenn Flüssigkeiten aus dem Mund austreten, die stabile Seitenlage von sehr hoher Bedeutung ist, auch, damit der Betroffene seine Zunge nicht verschluckt und daran erstickt. Wie bei anderen Gefahrenlagen auch, ist stets der individuelle sowie situative Einzelfall zu betrachten.

Fazit:

Sämtliche Gefahrensituationen haben eines gemeinsam, die ersten Minuten sind entscheidend und bestimmen den weiteren Verlauf. Im Notfall zudem Helfer nicht bei ihrer Arbeit zu behindern, versteht sich von selbst. Fluchtwege und Rettungsgassen sind freizuhalten und Video- sowie Bildaufnahmen sind zu unterlassen.

Wie würde man sich selbst fühlen, als Betroffener oder Angehöriger gefilmt zu werden und diese Aufnahmen später im Internet zu finden, frei zugänglich für jeden Menschen weltweit? Seinen Beitrag zu leisten kann Leben retten und zudem macht man sich im Nachgang nicht der unterlassenen Hilfeleistung schuldig.

Bereits ein Anruf kann genügen, damit kompetente Hilfe schnell zum Ort des Geschehens kommt. Wegschauen kann jeder, sollte man jedoch natürlich nicht, denn im Ernstfall möchten schließlich alle Menschen von anderen schnell unterstützt werden. Wer sich nicht in der Lage sieht, aktiv einzugreifen, kann passive Hilfe leisten und so seinen persönlichen Teil beitragen.

Inhaltsverzeichnis

Vorwort - Seite 1

Gefahrensituationen - Seite 1 - 8

Fazit - Seite 8