

## DIE ERSTE HILFE



### 1. „Ziele und Grundregeln der Ersten Hilfe“. Lesen Sie.

Jeder kann einmal in diese Situation kommen: Ein Mensch bricht auf der Straße zusammen, ein Autofahrer kommt an einem Verkehrsunfall vorbei, ein Ertrinkender braucht sofortige Hilfe. Man will, ja man muss eingreifen, aber was tun? – Man leistet Erste Hilfe.

Oberstes Ziel der Ersten Hilfe ist es, wenn nötig, Leben zu erhalten und lebensbedrohliche Zustände abzuwehren. Darüber hinaus muss man einen drohenden Schock verhindern, dem Verletzten oder Kranken Schmerzen ersparen, Überhitzung oder Unterkühlung vermeiden und Blutungen stillen, womit man den Patienten für den eventuellen Transport ins Krankenhaus vorbereitet.

Wichtig ist für den Helfer, dass er die Ruhe bewahrt und die Übersicht behält. Er soll die Unfallsituation rasch beurteilen, die Unfallstelle absichern, den Rettungsdienst und die Polizei verständigen und nach einer Bewertung der objektiven und subjektiven Symptome in der Lage sein, erste Maßnahmen nach dem ABC-Schema zu treffen: Atemwege frei machen, Beatmung und Zirkulation.

Es versteht sich dabei, dass nur derjenige Erste Hilfe leisten sollte, der darin ausgebildet ist.



beurteilen posoudit, posuzovat  
 e Bewertung (-, -en) posouzení, (o)hodnocení  
 ein/greifen (er griff ein, h. eingegriffen) zasáhnout, zasahovat  
 r Ertrinkende (-n, -n) (ein -r) tonoucí  
 r Helfer (-s, -) pomocník

r Rettungsdienst (-[e]s, -e) záchranná služba  
 r Schock (-[e]s, -s) šok  
 e Überhitzung (-, 0) přehřátí  
 zusammen/brechen (er bricht zusammen, a, i. o) (z)hroutit se, svalit se

Blutungen stillen zastavit krvácení  
 Darüber hinaus muss man einen drohenden Schock verhindern. Navíc je nutno zamezit hrozícímu šoku.  
 ..., der darin ausgebildet ist. ..., který je o tom poučen.  
 die Polizei verständigen vyrozumět policii  
 die Ruhe bewahren zachovat klid  
 die Übersicht behalten zachovat přehled  
 die Unfallstelle absichern zajistit místo nehody  
 Erste Hilfe leisten poskytnout první pomoc  
 in der Lage sein, erste Maßnahmen zu treffen být schopen provést první opatření

lebensbedrohliche Zustände život ohrožující stavy  
 nach dem ABC-Schema (airways, breathing, circulation):  
 Atemwege frei machen, Beatmung und Zirkulation podle ABC-schématu: uvolnění dýchacích cest, umělé dýchání a krevní oběh  
 oberstes Ziel der Ersten Hilfe hlavní cíl první pomoci  
 Schmerzen ersparen ušetřit bolesti  
 ..., womit man den Patienten für den eventuellen Transport ins Krankenhaus vorbereitet. ..., čímž připravujeme pacienta na případný převoz do nemocnice.  
 Ziele und Grundregeln cíle a základní pravidla



### I. Üben Sie Ihren Wortschatz. Hören Sie zu. Ergänzen Sie die fehlenden Präfixe und übersetzen Sie ins Tschechische.

auf der Straße  brechen  
 an einem Verkehrsunfall  kommen  
 Leben  halten  
 lebens- drohliche  stände  wehren  
 einen drohenden Schock  hindern  
 dem Verletzten Schmerzen  sparen

hitzung oder  kühlung  meiden  
 die Ruhe  wahren und die  sicht  halten  
 die Unfallsituation schnell  urteilen  
 die Unfallstelle  sichern  
 den Rettungsdienst und die Polizei  ständigen

### II. „Ziele der Ersten Hilfe“. Ordnen Sie richtig zu.

Leben  
 lebensbedrohliche Zustände  
 einen drohenden Schock  
 dem Verletzten/Kranken Schmerzen  
 Überhitzung oder Unterkühlung  
 Blutungen  
 den Patienten für den eventuellen Transport ins Krankenhaus

verhindern  
 stillen  
 erhalten  
 vermeiden  
 abwehren  
 ersparen  
 vorbereiten

III. „Grundregeln der Ersten Hilfe“. Ergänzen Sie das passende Verb.

- die Ruhe [ ] und die Übersicht [ ]
- die Unfallsituation rasch [ ]
- die Unfallstelle [ ]
- den Rettungsdienst und die Polizei [ ]
- die subjektiven und objektiven Symptome [ ]
- erste Maßnahmen [ ]

Fassen Sie die Regeln mündlich zusammen.



Der Helfer soll die Ruhe bewahren und die Übersicht behalten, ...

IV. „Das ABC-Schema“. Ergänzen Sie.

1. [ ] = Befreiung der Atemwege
2. [ ] = Mund-zu-Mund-Beatmung bzw. Mund-zu-Nase-Beatmung
3. [ ] = Herzdruckmassage durchführen

e Herzdruckmassage (-, -n) masáž srdce

e Mund-zu-Nase-Beatmung (-, 0) dýchání z úst do nosu

e Mund-zu-Mund-Beatmung (-, 0) dýchání z úst do úst

2. „Das ABC-Schema“.

I. „Freimachen der Atemwege“.

a) „Die Zunge verlegt die Atemwege“. Ordnen Sie den Bildern die entsprechende Beschreibung zu.



den Kopf des Betroffenen leicht nackenwärts überstrecken

den Betroffenen auf den Rücken legen

mit der einen Hand die Stirn halten und mit der anderen Hand das Kinn anheben, zugleich mit den Fingerspitzen den Unterkiefer halten

b) „Lose Fremdkörper oder Erbrochenes behindern die Atmung“. Hören Sie zu. Ergänzen Sie die Verben richtig.

versetzen      wenden      öffnen      überstrecken      ausräumen



den Oberkörper des Betroffenen auf die Seite [ ]



den Kopf nackenwärts weit [ ]



den Mund querfingerbreit [ ]



die Mundhöhle mit den Fingern [ ]



dem Betroffenen leichte Schläge zwischen die Schulterblätter [ ]

das Kinn anheben nadzvednout bradu  
den Kopf des Betroffenen nackenwärts überstrecken  
zaklonit hlavu zraněného dozadu  
den Mund querfingerbreit öffnen otevřít ústa pomocí metody zkřížených prstů  
den Oberkörper des Betroffenen auf die Seite wenden  
obrátit horní polovinu těla zraněného na stranu  
die Mundhöhle ausräumen vyprázdnit dutinu ústní  
die Stirn halten držet za čelo

die Zunge verlegt die Atemwege jazyk zamezuje průchodnosti dýchacích cest  
leichte Schläge zwischen die Schulterblätter versetzen  
lehce udeřit mezi lopatky  
lose Fremdkörper aus der Mundhöhle befördern odstranit z dutiny ústní cizí tělesa  
lose Fremdkörper oder Erbrochenes behindern die Atmung cizí tělesa nebo zvratky brání dýchání

## II. „Mund-zu-Mund-Beatmung“. Bestimmen Sie die richtige Reihenfolge der einzelnen Schritte.

Dem Verunglückten die Nase mit zwei Fingern zuhalten.

Den Kopf des Verunglückten leicht nackenwärts überstrecken und den Unterkiefer nach oben halten.

Die Beatmung so lange wiederholen, bis der Verunglückte wieder selbst atmet.

Dem Verunglückten Luft einhauchen, bis sich der Brustkorb hebt.

Tief Luft holen.

Den Verunglückten auf den Rücken legen.

Dem Verunglückten zweimal kräftig mit einer kurzen Pause Luft in den Mund blasen, dabei beobachten, ob sich sein Brustkorb hebt.

Frequenz: 12-mal in der Minute, bei Kindern 20-mal in der Minute.



..., bis der Verunglückte selbst atmet. ..., dokud zraněný sám nedýchá  
den Unterkiefer nach oben halten držet dolní čelist směrem nahoru  
die Nase zuhalten stisknout nos

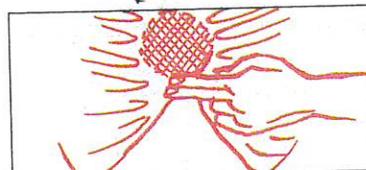
Luft einhauchen vdechnout vzduch  
tief Luft holen zhluboka se nadechnout  
zweimal kräftig Luft in den Mund des Betroffenen blasen dvakrát silně vydechnout do úst zraněného



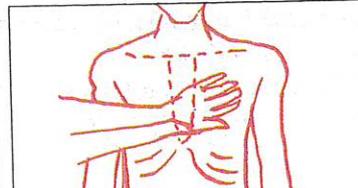
Kontrollieren Sie Ihre Lösung mit der Kassette.



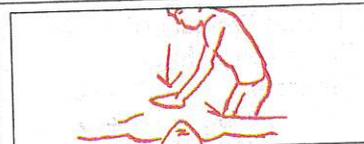
Frequenz: Bei Erwachsenen komprimiert man ca. 80-100-mal in der Minute, bei Kindern ca. 140-mal/min.



2. Die Hände etwa zwei Finger breit oberhalb des unteren Endes des Schlüsselbeins/Brustbeins platzieren.



3. Die Hände flach nebeneinander/übereinander legen.



4. Das Brustbein des Verunglückten mit gestreckten Armen/Beinen und kräftigem, festem Druck in rhythmischen Bewegungen drücken.

das Brustbein mit gestreckten Armen und kräftigem, festem Druck in rhythmischen Bewegungen drücken  
v rytmičtém tempu stlačovat hrudní kost nataženými rukama a silným, pevným stiskem

die Hände oberhalb des unteren Endes des Brustbeins platzieren umřít ruce nad dolním koncem hrudní kosti  
flach auf den Boden legen položit rovně na zem



## 3. „An der Unfallstelle“. Hören Sie eine Radiosendung.

Abschleppdienste bemühen sich, die ineinander verkeilten Autos zu trennen. Odtahová služba se snaží oddělit do sebe zaklíněná auta.  
auf dem Seitenstreifen v odstavném jízdním pruhu  
bei schlechter Sicht při špatné viditelnosti  
Das ist manchmal nicht appetitlich, nicht wahr? To je mnohdy nechutné, že ano?  
den Fahrer aus dem Wagen herausschneiden vyřezat řidiče z auta  
Der Fahrer war bewusstlos und dann mussten wir ihn wieder beleben. Řidič byl v bezvědomí a potom jsme ho museli oživovat.  
Der war sehr übel zugerichtet. Byl strašně zřítěný.

Die A5 ist vollständig gesperrt. Dálnice A5 je úplně uzavřena.  
Die Autobahnpolizei ist schon kurze Zeit später eingetroffen. Už zakrátko dorazila dálniční policie.  
die Einsatzleiterin des Malteser Hilfsdienstes vedoucí záslahu Maltežské záchranné služby  
Die Feuerwehr ist schon an Ort und Stelle. Hasiči jsou již na místě.  
die Mundhöhle von Erbrochenem reinigen vyčistit ústní dutinu od zvratků  
eine Herzdruckmassage vornehmen provést masáž srdce  
einen Druckverband anlegen přiložit tlakový obvaz  
Etwa dreißig Autos sind zusammengestoßen. Srazilo se asi třicet aut.

Ihre ausführlichen Erläuterungen vaš podrobný komentár  
 Jetzt sind alle versorgt und es wird hoffentlich bei Verletzungen bleiben, so schlimm sie auch möglicherweise sind. Nyní jsou všichni ošetřeni a zůstane, doufáme, u zranění, ať už jsou sebevážnější.  
 Leichtverletzte mit Quetschungen und Schnittwunden lechce ranění s pohmožděninami a řeznými ranami  
 Manchmal fällt der Groschen pfennigweise, aber er fällt. Někdy mi to dochází pomalu, ale dojde mi to.  
 mit dem Verletzten umgehen, damit er nicht erstickt zacházet se zraněným, aby se neudusil  
 Schalten wir jetzt nun direkt an die Unfallstelle. Přepojme nyní přímo na místo nehody.

...sodass nicht in jedem Fall eine Einweisung ins Krankenhaus erforderlich wird. ...takže není v každém případě nutné doporučení k přijetí do nemocnice.  
 Soweit ich es übersehen kann... Pokud mám přehled...  
 Wenn die Leute nur vorsichtiger fahren und nicht so rasen würden... Kéž by lidé jezdili opatrněji a tolik se nehnali...  
 Wie viele Verletzte hat diese Massenkarambolage gefordert? Kolik zraněných si vyžádala tato hromadná nehoda?  
 Wollen wir mal sehen, wer sich ansprechen lässt. Uvidíme, koho můžeme oslovit.  
 zum Schluss der Sendung jetzt noch ein Verkehrshinweis na konec vysílání ještě jedna dopravní informace

**I. Wählen Sie die richtige Variante aus.**

- a) Die A5 Karlsruhe-Basel ist zwischen Offenburg und Lahr wegen *mehrerer Unfälle* /Bauarbeiten  vollständig gesperrt.
- b) An der Unfallstelle befindet sich *der Reporter Bernard Bauer* /die Reporterin Brigitta Bauer .
- c) Bei schlechter Sicht sind etwa *dreihundert* /dreißig  Autos zusammengestoßen.
- d) Bei der Massenkarambolage gab es vier *Schwerverletzte* /Tote  und zwölf oder dreizehn *Leichtverletzte* /Schwerverletzte .
- e) Der Fahrer eines VW Passat war *auf der Stelle tot* /bewusstlos .
- f) Die Fahrerin eines Renaults verlor *das Bewusstsein* /viel Blut .

**II. Wer hat was gemacht? Ordnen Sie zu.**

die Autobahnpolizei  
 der Abschleppdienst  
 der Hilfsdienst  
 die Feuerwehr

die Unfallstelle absichern  
 Verletzte behandeln  
 einen Fahrer aus seinem Wagen herausschneiden  
 die ineinander verkeilten Autos trennen

**III. „Behandlung der Verletzten“. Ergänzen Sie.**

	Verletzung, Unfallfolgen	Behandlung
Leichtverletzte	Quetschungen, ...	die Wunde desinfizieren und verbinden
VW Passat-Fahrer	Bewusstlosigkeit	
Renault-Fahrerin		einen Druckverband anlegen

**IV. Reagieren Sie.**

- a) Beschreiben Sie das ABC-Schema.
- b) Übernehmen Sie die Rollen und spielen Sie das Gespräch nach.
- c) Arbeiten Sie zu zweit. Bereiten Sie ein ähnliches Interview vor. Spielen Sie es in der Klasse vor.

**4. „Verkehrsunfälle“.**

**I. Bestimmen Sie die richtige Reihenfolge der durchzuführenden Maßnahmen.**

