



maPazin

Von Dr. med. Katharina Rieth

**MESSER, SCHERE, KERZE, LICHT,
SIND FÜR KLEINE KINDER NICHT.**

Die 5 besten Strategien, um mit eurem Kind heil durch die Weihnachtszeit zu kommen.

- 1** Verbrennungen/-Verbrühungen
- 2** Verletzungen (Traumata)
- 3** Aspiration und Verschlucken von Fremdkörpern
- 4** Allergische Reaktionen (Anaphylaxie)
- 5** Vergiftungen (Intoxikationen)



Die folgenden Fallbeispiele zu Kindernotfällen rund um die Vorweihnachtszeit sollen euch nicht in Angst und Schrecken versetzen, sondern eure Aufmerksamkeit für Gefahren schulen, euch Maßnahmen an die Hand geben, um eben diese Gefahren zu vermeiden und euch im Alltag sicherer im Umgang mit Kindernotfällen machen. Euch soll bewusst werden, dass es wichtig ist, sich sowohl in der Ersten-Hilfe bei Babys und Kleinkindern auszukennen, als auch entsprechende Präventionsmaßnahmen zu beherrschen. Die perfekte Ergänzung hierfür bietet unser Onlinekurs Kindernotfall ABC. www.mapadoo.de/erste-hilfe

Verbrennungen und Verbrühungen vermeiden

Gerade in der Adventszeit trinkt man gerne frischgebrühten Tee, heiße Schokolade oder Glühwein, genießt das prasselnde Feuer im Kamin, backt gemeinsam mit den Kindern leckere Plätzchen, zündet am Adventskranz die Kerzen an, verziert Tische mit weihnachtliche Läufern oder Tischdecken und hält sich mitunter häufiger in der Küche auf, wo man mit Töpfen und Pfannen hantiert, um den besten Braten der Welt zu zaubern oder das großartige Stollenrezept der Tante auszuprobieren. Eines der Kinder hat sich vielleicht wieder eine Bronchitis eingefangen und inhaliert fleißig über dem Kamillenbad, das andere liegt vom "Schokoladennikolaushamstern" mit Bauchschmerzen auf dem Sofa und schläft mit der Wärmflasche auf dem Bauch ein. Kurz vor Beginn des Weihnachtsputzes, der Putzeimer steht schon mit heißem Wasser bereit, eilt man nochmal zur Klingel, da wieder ein Päckchen gekommen ist.



Und da der Jüngste nach dem Plätzchenbacken aussieht, als hätte er in Lehm gebadet, wird schon einmal die heiße Badewanne eingelassen. Typische friedliche Szenarien in der Vorweihnachtszeit.

Doch nicht immer läuft alles auch glatt: Verbrennungen und Verbrühungen gehören bei Kindern zu den häufigsten Unfallursachen. Mehr als 30000 Kinder und Jugendliche unter 15 Jahren sind jährlich in Deutschland betroffen, hiervon verletzen sich knapp 6000 so schwer, dass sie im Krankenhaus behandelt werden müssen. Kleinkinder sind hierbei am stärksten gefährdet, eine Verbrühung zu erleiden. Deshalb ist es umso wichtiger, dass Ihr euer Zuhause kindersicher macht und darauf achtet, die Sicherheitsmaßnahmen stets der wachsenden Reichweite eures Kindes anzupassen. Worauf Ihr besonders in der Vorweihnachtszeit achten solltet und wie ihr euer Kind am besten schützt, erfahrt ihr hier nochmal

KOMPAKT ZUSAMMENGEFASST.

- Heißgetränke (Tee, Glühwein, Bratensoßen, ...) nie zu nah an den Rand von Tisch und Arbeitsplatte stellen.
- Nichts Heißes essen oder trinken, während ihr das eigene Kind auf dem Arm habt oder es auf eurem Schoß sitzt. Die Neugier wird siegen und es wird danach greifen.
- Keine herabhängenden Tischdecken verwenden, da Kinder gerne daran ziehen.
- Wasserkocher und andere elektrische Geräte immer außer Reichweite eures Kindes stellen.
- Kinder von heißen Backöfen, Kaminöfen, Heizkörpern, Heizungsrohren fernhalten, da insbesondere heiße Flächen zu ernsthaften Kontaktverbrennungen führen können.
- Töpfe und Pfannen immer auf die hinteren Herdplatten stellen und auf diesen kochen. Griffe stets nach hinten drehen.
- Wärmflaschen nur mit Wasser < 50°C befüllen und darauf achten, dass die Flasche gut verschlossen ist und keinen direkten Hautkontakt hat.
- Keine Heizdecken in Kinderbetten legen, da Säuglinge sich nicht bemerkbar machen können, wenn es zu warm wird.
- Eimer oder Wannen mit heißen Flüssigkeiten nicht auf dem Boden abstellen, da Kinder darüber stolpern oder hineinfallen können.
- Zum Inhalieren nur geprüfte, standfeste Inhaliergeräte benutzen und während des Inhalierens bei eurem Kind bleiben. Nicht über einer Schüssel mit heißem Wasser inhalieren.
- Badewassertemperatur immer kontrollieren (mittels Thermometer, nicht > 37°C), niemals nur heißes Wasser einlaufen lassen!
- Streichhölzer oder Feuerzeuge konsequent wegschließen und euren Kindern erklären, dass sie diese niemals alleine benutzen dürfen.
- Kinder nie mit offenem Feuer oder brennenden Kerzen etc. allein lassen.
- LED-Kerzen als sichere Alternative nutzen.
- Am Weihnachtsbaum nur geprüfte Lichterketten, keine Kerzen, verwenden.
- Alle Steckdosen mit Kindersicherungen und Fehlerstrom-Schutzschaltern (FI-Schaltern) versehen.
- Falls noch nicht vorhanden: Zuverlässigen Rauchmelder installieren.

ERSTE HILFE BEI BRANDVERLETZUNGEN/VERBRÜHUNGEN

- Flammen durch Wälzen am Boden oder mit Wasser löschen.
- Bei Verbrennungen eingebrannte Kleidung nicht entfernen.
- Bei Verbrühungen die durchnässte Kleidung umgehend ausziehen.
- Bei Stromverletzungen sofort den Stromkreis abschalten und das Kind danach von der Stromquelle trennen.
- Lokales Kühlen mit handwarmem Wasser für 5-10 Min. (nur die betroffenen Stellen)
- Schmerztherapie z.B. mittels Ibuprofen oder Paracetamol Zäpfchen in altersentsprechender Dosierung.
- Beurteilung des Grades (1-3) der Verbrennung/Verbrühung und des Ausmaßes der betroffenen Körperoberfläche (KOF).
- Bei großflächigen (>10% KOF) Verbrennungen/Verbrühungen mit Blasenbildung der Haut (Grad 2), starken Schmerzen, beeinträchtigtem Kind IMMER Notruf 112 absetzen.
- Bei Verbrennungen/Verbrühungen im Bereich des Gesichts, über Gelenken, an Händen, Füßen oder im Genitalbereich immer Notruf 112 absetzen.
- Bei leichter, kleinflächiger Rötung ohne Blasenbildung (Grad 1) der Haut und gutem Allgemeinzustand des Kindes Vorstellung beim Kinderarzt.
- Niemals Mehl, Quark, Öl, Zahnpasta oder sonstiges auf offene Brandwunden/Verbrühungsareale geben.

Bestimmung des Verletzungsausmaßes

Gradeinteilung (Bestimmung der Verbrennungstiefe)

Grad 1: Oberflächliche Rötung. Keine Blasenbildung. Heilt nach 5-10 Tagen folgenlos aus.

Grad 2: Blasenbildung

Grad 2a: Nach Eröffnung der Blase zeigt sich ein roter, feuchter Wundgrund. Heilt nach 2-3 Wochen ohne operativen Eingriff.

Grad 2b: Nach Eröffnung der Blase zeigt sich ein grau-weißlicher, trockener Wundgrund. Muss operativ versorgt werden. Hinterlässt meist Narben.

Grad 3: Grau-weiß-verfärbte, ledrige Hautbezirke. Alle Hautschichten sind zerstört. Muss operiert werden, hinterlässt Narben.

Bestimmung der betroffenen Körperoberfläche:

Bei Kindern entspricht die Handfläche inklusive Fingern 1% der Körperoberfläche. Auf diese Art und Weise kann man das Ausmaß der betroffenen Körperoberfläche gut abschätzen.

Tipp zu zusätzlichem Informationsmaterial:

Falls Ihr euch über das Thema des brandverletzten Kindes weiter kostenlos informieren wollt, schaut euch um bei Paulinchen e.V. – der Initiative für brandverletzte Kinder.



Aspiration und Verschlucken von Fremdkörpern vermeiden

Gerade in der Vorweihnachtszeit versüßt man sich den ein oder anderen Abend auf dem Sofa mit gebrannten Mandeln oder Erdnüssen. Die Kinder schieben dem Nussknacker eine Walnuss nach der nächsten in den Rachen und die Schalen rieseln auf den Teppichboden. So schnell kommt man mit dem Staubsaugen gar nicht mehr hinterher. Überall hängt Weihnachtsschmuck und zum Nikolaus sind die Kinder wieder mit mehr oder weniger unsinnigen, häufig nicht dem Alter entsprechenden Spielsachen von Verwandten aller Grade reich beschenkt worden. Spitzenreiter sind batteriebetriebene blinkende und bunte Spielzeuge.

Da glänzen die Kinderaugen förmlich.

Das Verschlucken oder Aspirieren von Fremdkörpern stellt mit einer Häufigkeit von ca. 1:5000 einen relativ häufigen Grund für die akute Vorstellung von Kindern in Kindernotfallambulanzen dar. Sie betrifft Jungen etwa doppelt so häufig wie Mädchen und tritt bevorzugt im Alter von 6 Monaten bis 4 Jahren auf.

Besonders gefährlich ist das Verschlucken von Knopfbatterien und Magneten sowie die Aspiration von Kleinteilen.

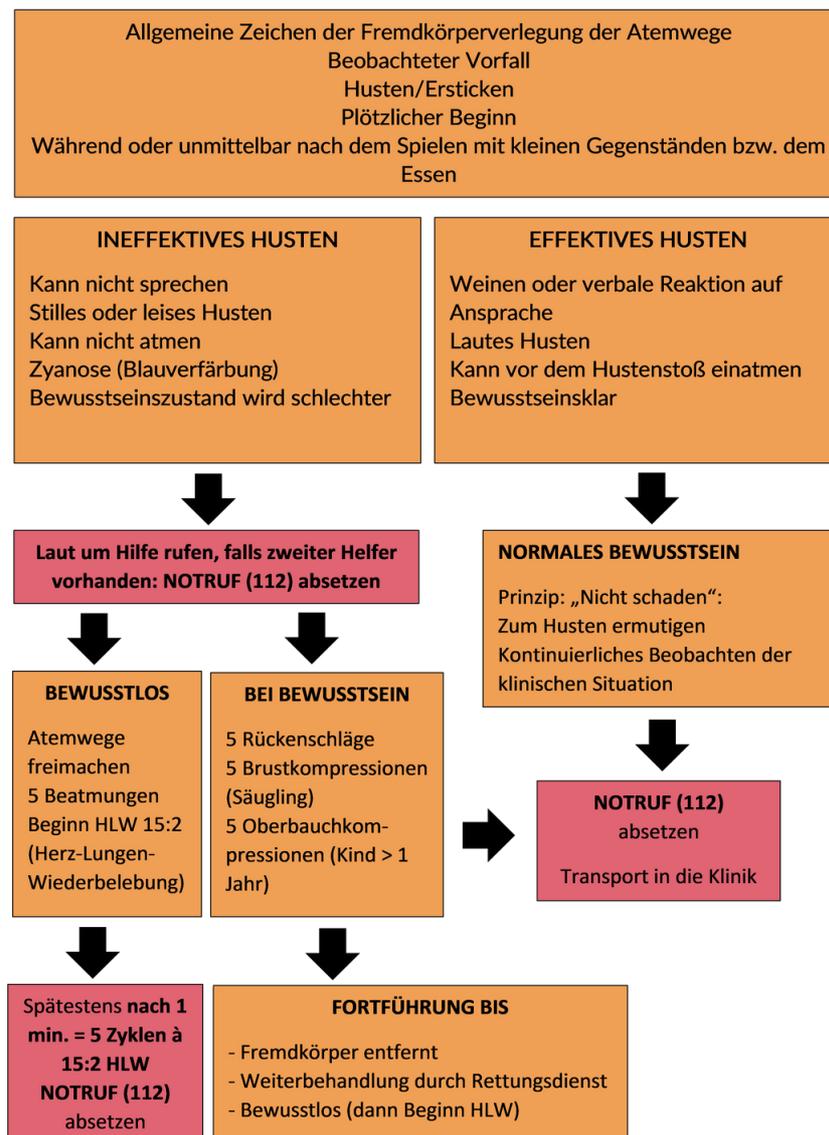
Rund um die Weihnachtszeit zeigt sich hier eine Häufung, da sowohl Teile der Weihnachtsdekoration wie auch kleine Spielzeugbestandteile in guter Reichweite liegen und somit die Gesundheit eures Kindes gefährden können.

Wie ihr dies vermeiden könnt und wie ihr handeln solltet, falls es doch einmal zu einer Notfallsituation kommen sollte, erfahrt ihr hier in der

ZUSAMMENFASSUNG

- Neue Spielsachen immer zunächst selbst in Augenschein nehmen, ggf. gefährliche Kleinteile entfernen und beim Auspacken dabei sein.
- Auf altersgerechtes Spielzeug achten.
- Keine verschluckbaren Kleinteile herumliegen lassen. Regelmäßig staubsaugen.
- Darauf achten, dass die Weihnachtsdekoration außer Reichweite von Kindern aufgehängt/gestellt wird und sich davon keine Kleinteile lösen können.
- Keine Erdnüsse, Mandeln, Walnüsse offen herumliegen lassen.
- Kleinkinder keinen Zuckerguss von Mandeln ablecken lassen.
- Gemeinsam mit euren Kindern am Tisch essen und auf altersentsprechende Nahrung achten.
- Älteren Geschwisterkindern erklären, warum der kleine Bruder/die kleine Schwester bestimmte Dinge noch nicht essen dürfen.
- Darauf achten, dass im Haushalt keine Knopfbatterien verwendet werden.
- Magnete getrennt voneinander und kindersicher aufbewahren.

ERSTE HILFE BEI ASPIRATION UND VERSCHLUCKEN



Erkennen einer Fremdkörperverlegung der Atemwege und richtiges Handeln gemäß GRC-Leitlinien 2015

Unbedingt beachten!

Aktive Maßnahmen zur Beseitigung einer Fremdkörperverlegung sind nur dann notwendig, wenn euer Kind ineffektiv hustet. Dann aber umso schneller und beherzter!

Wichtig: Habt ihr oder wurde bei eurem Kind eine Brust- oder Bauchkompression bzw. eine Wiederbelebung durchgeführt muss das Kind von einem Arzt untersucht werden, auch, wenn bis zu diesem Zeitpunkt wieder „alles wie immer“ ist.

Regelmäßige Überprüfung des Bewusstseinszustandes und der Lebenszeichen unter der HDM. Falls das Kind wach wird und hustet, in stabile Seitenlage legen oder hochnehmen und weiter beobachten.



Verletzungen (Traumata) vermeiden

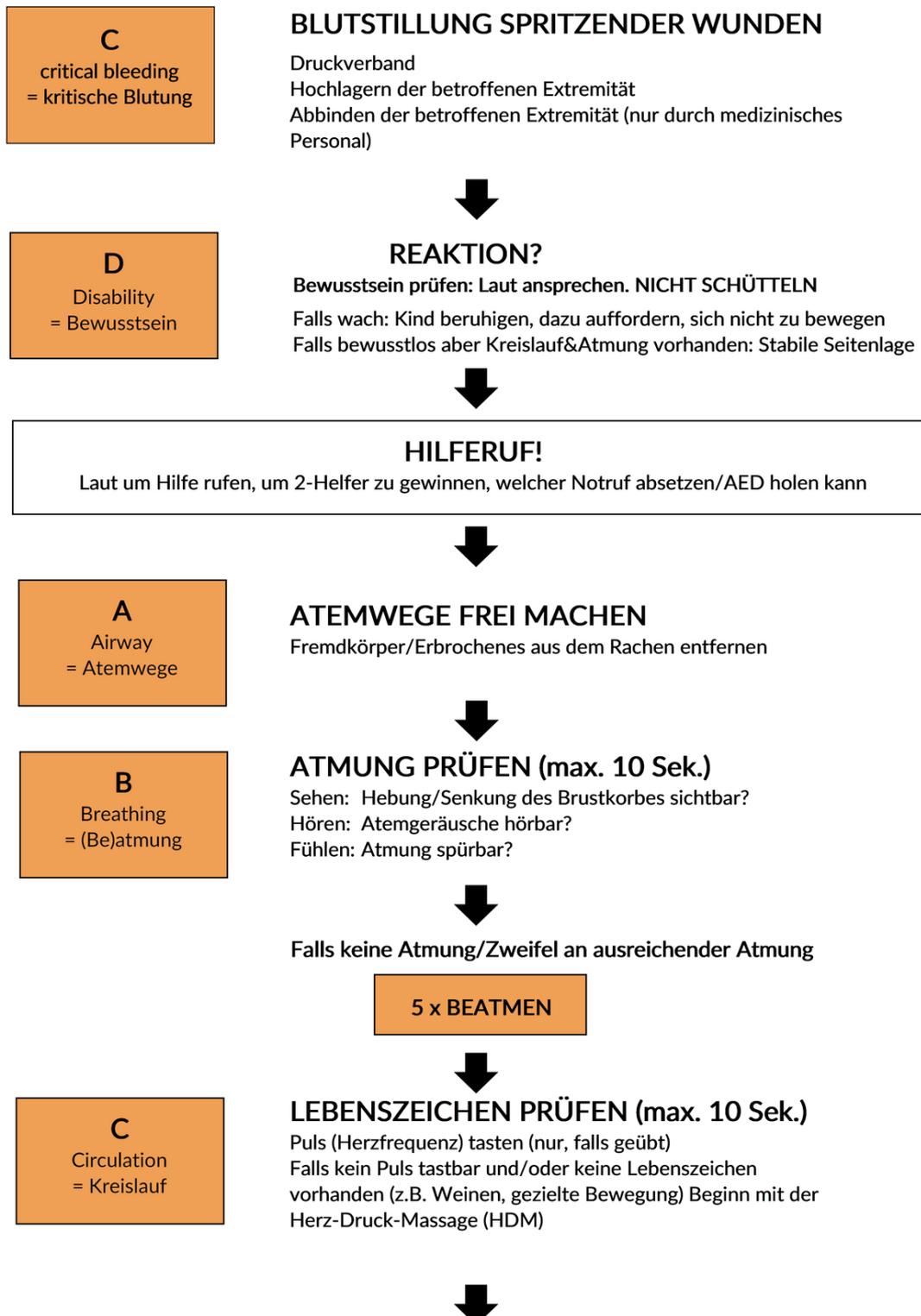
Der Weihnachtsbaum sieht geschmückt so toll aus und da ist dieses kleine, golden schimmernde Engelchen ganz weit oben, das die Kleinste in der Runde am liebsten in die Hand nehmen würde. Oder das Schäfchen hinter der Krippe unter dem Weihnachtsbaum, das so süß aussieht und sicherlich vom Junior gerne gestreichelt werden möchte. In solchen Momenten kann man als Elternteil nur hoffen, dass der Weihnachtsbaumständer „bombensicher“ hält und das Kind bei seinen Aktionen nicht unter dem Weihnachtsbaum begraben wird. Auch beim wilden Wippen auf dem neuen Schaukelpferd, beim Schlittschuhlaufen oder Schlittenfahren ist Vorsicht geboten.

Der Spruch „Kinder brechen sich Nichts“ ist reines Wunschdenken. Deshalb sollten insbesondere Kleinkinder auch nie unbeaufsichtigt gelassen werden.

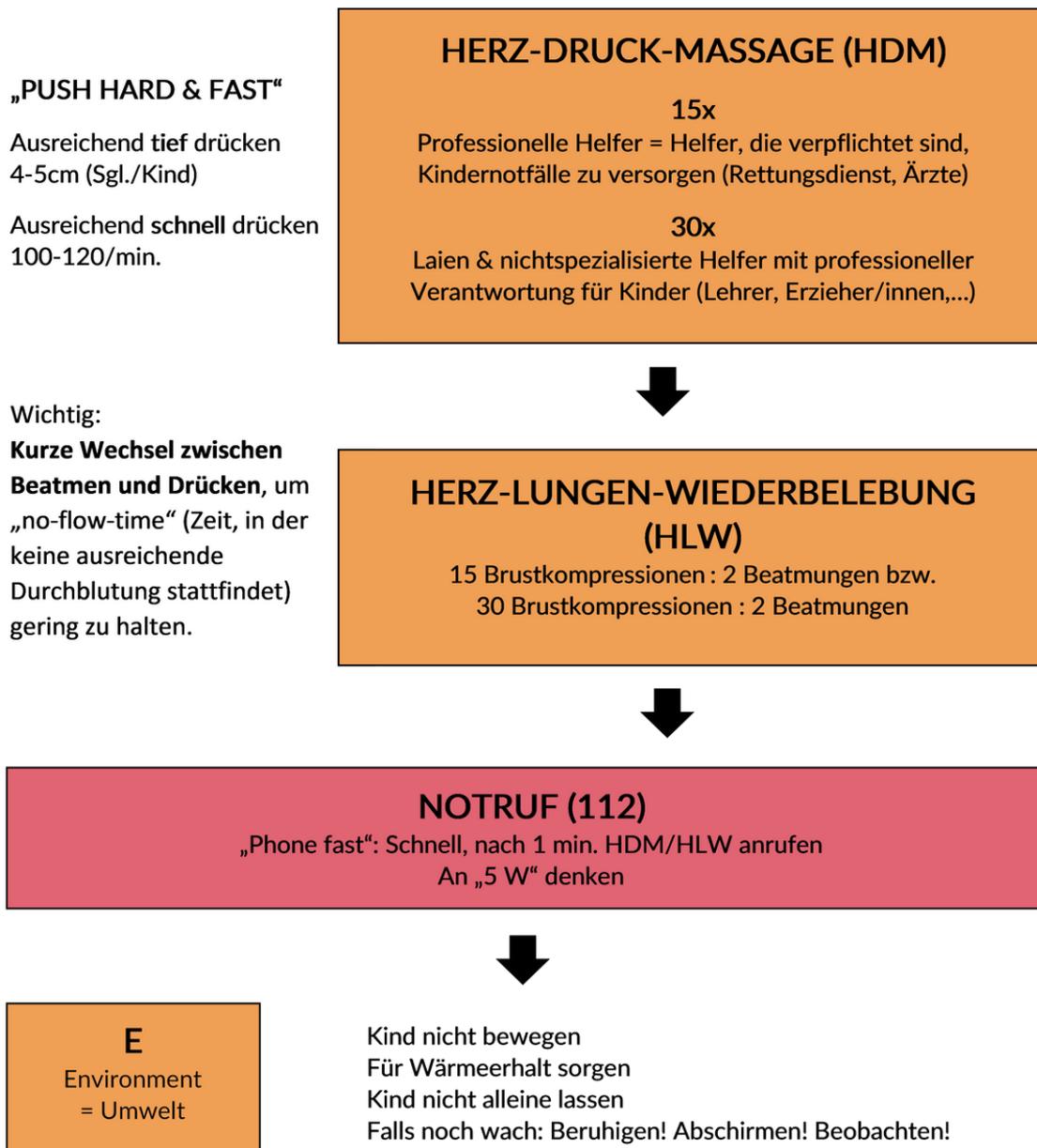
ZUSAMMENFASSUNG

- Kinder nicht mit dem Weihnachtsbaum alleine lassen.
- Kindern immer wieder geduldig erklären, warum nicht am Weihnachtsbaum oder am Weihnachtsschmuck gezogen werden soll.
- Schlitten und andere Spielgeräte, mit denen hohe Geschwindigkeiten erreicht werden können, regelmäßig auf deren Funktionsfähigkeit prüfen.

ERSTE HILFE BEI VERLETZUNGEN (TRAUMATA) (1/2)



ERSTE HILFE BEI VERLETZUNGEN (TRAUMATA) (2/2)



Vorgehen bei Traumata (Verletzungen) gemäß „cABCD(E)“ - Schema (ERC-Leitlinien 2015)

Unbedingt beachten!

Verletzungen müssen nicht immer von außen sichtbar sein. Deshalb solltet ihr immer auch darauf achten, wie sich der Zustand Eures Kindes im Verlauf entwickelt. Falls Commotiozeichen (Zeichen einer Gehirnerschütterung) wie Erbrechen, Bewusstlosigkeit auftreten solltet ihr unverzüglich einen Arzt aufsuchen bzw. den Notarzt rufen.

Tipp zum Verbandskasten für Kinder

Till`s Kindernotfallbox!

Von erfahrenen Kinderärzten der Universitätsklinik Bonn seit 2014 immer weiterentwickelt, um Dein Kind bei kleineren Verletzungen zu versorgen und Erste Hilfe bei Kinderunfällen zu leisten. Wie auch unser Onlinekurs, das KindernotfallABC, ein Herzensprojekt, um Euch im Umgang mit Euren Babys und Kleinkindern sicherer zu machen und im Kindernotfall rascher und richtig handeln zu lassen.

Allergische Reaktionen (Anaphylaxie) erkennen

Für euer eigenes Kind steht das allererste Weihnachten an. Die Augen glänzen, die Wangen sind rot, der Mund verschmiert mit allerlei leckeren Dingen. Zimtsterne, Schokoladenweihnachtsmänner, Lebkuchenherzen, Nussecken, diverse Plätzchen. Leckereien mit typischen Weihnachtsgewürzen, die euer Kind bisher noch nicht kannte. Auch den Einsatz von Duftkerzen mit Zimt, Vanille oder Weihrauchgeschmack erlebt euer Kind vielleicht zum ersten Mal, genauso wie den Geruch von Tannennadeln.

In Deutschland reagieren rund 8% der Kinder allergisch auf unterschiedliche Lebensmittel. Die Reaktionen machen sich z.B. durch ein Kribbeln auf der Zunge und im Hals oder durch ein Jucken am Gaumen und in den Ohren bemerkbar.

Meistens ist das harmlos. Gefährlicher wird es, wenn Mund und Rachen anschwellen, Atem- und/oder Kreislaufprobleme und Magen-Darm-Symptome auftreten. Dann muss rasch gehandelt und der Notruf getätigt werden.





EINTEILUNG ALLERGISCHER REAKTIONEN IN SCHWEREGRADE

Grad I

- Hautrötung, Juckreiz, Quaddelbildung, leichte Schwellung
- Häufig Angst, „komisches Gefühl“, Kinder suchen die Nähe der Eltern, da sie spüren, „dass irgendetwas nicht stimmt, auch wenn sie es selbst noch nicht beschreiben können“
- Keine Beteiligung anderer Organe. Bei Grad II-IV ist eine Beteiligung der Organe gegeben.

Bei Grad II-IV Beteiligung anderer Organe sowie plus ggf. Symptome Grad I

Grad II

- Bauch: Übelkeit, Erbrechen, Durchfall, Bauchkrämpfe (Koliken)
- Atemwege: Fließschnupfen, Heiserkeit, Luftnot
- Kreislauf: Schneller Herzschlag, Blutdruckabfall, Herzrhythmusstörungen
- Gehirn: Bewusstseinsminderung

Grad III

- Bauch: Erbrechen, Stuhl/Urinentleerung
- Atemwege: Kehlkopfschwellung, Stimmlippenkrampf, Blauverfärbung der Lippen/Schleimhäute
- Kreislauf: Schock
- Gehirn: Bewusstseinsminderung, Krampfanfälle

Grad IV

- Bauch: Erbrechen, Stuhl/Urinentleerung
- Atemwege: Atemstillstand
- Kreislauf: Kreislaufstillstand
- Gehirn: Bewusstlosigkeit

ERSTE HILFE BEI VERDACHT AUF ALLERGISCHE REAKTION

- Ruhe bewahren und ausstrahlen, Angst vermeiden.
- Vermeidung weiterer körperlicher Anstrengung.
- Allergenzufuhr sofort stoppen.
- Basisuntersuchung mit Prüfung von Allgemeinzustand, Atmung und Kreislauf.
- Inspektion der leicht sichtbaren Haut- und Schleimhautareale.
- Erfragen weiterer Beschwerden (falls möglich).
- Symptomorientierte Lagerung: allgemein flach, bei Luftnot halb sitzend, bei Kreislaufversagen Schocklagerung (Beine hoch).
- Ggf. lokale Kühlung geschwollener Areale, z.B. Insektenstiche.
- Verabreichung von Antihistaminika (z.B. Dimetindenmaleat, Ceterizin) und Cortisonzäpfchen (Hausapotheke).
- Bei bekannter Anaphylaxie und immer auch ab Anaphylaxie-Grad II Notruf (112) absetzen.
- Ab Anaphylaxie Grad II, falls Zuhause bereits im Notfallset vorhanden, Adrenalin intramuskulär mittels Autoinjektor in den Oberschenkel verabreichen (vor Injektion Verschlusskappe entfernen, nach der Injektion noch 10 sec. lang im Oberschenkel halten, um adäquate Applikation zu gewährleisten. Da Haltbarkeit i.d.R. nur 20-24Mon., regelmäßig auf Verfall checken.
- Häufig wird durch den Rettungsdienst/Notarzt Adrenalin zusätzlich via Vernebler (Inhalationsgerät) verabreicht, um die Schleimhäute im Kehlkopfbereich abzuswellen.

Unbedingt beachten!

Kinder mit Anaphylaxie (allergischer Reaktion) sollten bis zum sicheren und anhaltenden Rückgang der Beschwerden beobachtet werden.

Bei schweren Reaktionen (>Grad II) ist immer eine stationäre Überwachung (Aufnahme ins Krankenhaus) notwendig.

Antihistaminika und Glucokortikosteroide (Cortisonpräparate) besitzen eine unterstützende Wirkung, benötigen jedoch bis zum Wirkeintritt 30min. bis 1Stunde, weshalb ab Grad II zusätzliche Medikamente, insbesondere Adrenalin intramuskulär notwendig sind (deshalb auch Notruf absetzen).

Falls Zuhause ein Adrenalin-Autoinjektor (150µg) vorhanden ist, kann dieser bei Kindern ab 10 kg KG (Körpergewicht) im „Off-label“-Gebrauch gefahrlos angewendet werden.



TIPP ZU INFORMATIONSMATERIAL

Über den Deutschen Allergie- und Asthmabund (DAAB) könnt ihr Euch kostenlos Informationen einholen
 Download Anaphylaxie-Pass:
https://www.daab.de/fileadmin/image_s/Anaphylaxie/im_Alltag/Anaphylaxie-Notfallplan-2018.pdf

Vergiftungen (Intoxikationen) vermeiden

Wer kennt ihn nicht, den Weihnachtsstern mit seinen roten, weißen oder rosafarbenen Blättern oder die Stechpalme, mit ihren stacheligen, grünen Blättern und wunderhübschen roten Beeren. Was so schön aussieht, schmeckt sicherlich auch gut. Das denken sich jedes Jahr in der Vorweihnachtszeit so einige Kinder und knabbern neugierig an heruntergefallenen Blättern oder probieren bunte Beeren. Einerseits hübsch und dekorativ, andererseits aber auch unheimlich giftig. Auch die

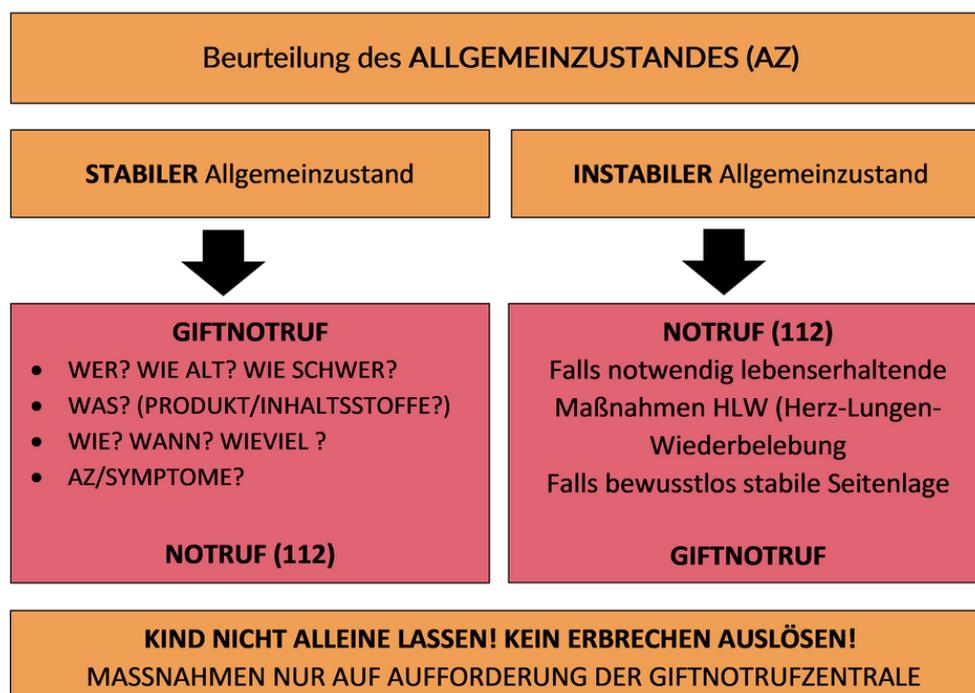
Schokoladenpralinen, die noch auf dem Wohnzimmertisch stehen, sehen unheimlich verlockend aus. Dass sie eigentlich Opa gehören, weil da „der gute Alkohol“ drin ist, stört viele Kinder wenig. Heimlich wird so die ein oder andere Praline „schnabuliert“, manchmal auch direkt die ganze Schachtel „gefuttert“. Schließlich schmeckt es gut. Genauso verhält es sich mit Medikamentenblister der Großeltern, die versehentlich auf einer Kommode abgelegt wurden oder aus der Tasche gerutscht sind. Sobald die Kinder über Bauchschmerzen klagen, wird dies häufig auf die „viele Schokolade“ zurückgeführt und erst einmal besonnen mit einem Kirschkerneisen „therapiert“. Sofern Ihr Zuhause jedoch den Eindruck habt, dass etwas Anderes dahintersteckt, Euer Kind Warnsymptome zeigt, erbricht, Durchfall entwickelt, wesensverändert erscheint, Symptome einer Störung des Herzkreislaufes und der Atmung zeigt solltet ihr nicht zögern und den Notruf wählen. Vorab gibt es natürlich einige Möglichkeiten, damit diese Situation gar nicht erst entsteht.

VORBEUGENDE MASSNAHMEN

- Darauf achten, keine giftigen Pflanzen als Dekoration zu verwenden. Falls sie als Geschenke ins Haus kommen, diese, wie auch alle anderen giftigen Substanzen, bitte in ein verschließbares Zimmer und außer Reichweite von Kindern aufstellen.
- Reste giftiger Substanzen nicht in den Abfalleimer werfen.
- Einkaufs- und Handtaschen nicht unbeaufsichtigt stehen lassen (Zigaretten, Medikamente, Haushaltschemikalien, Parfüm)!
- Medikamente immer in einer verschlossenen Hausapotheke aufbewahren.
- Vorsicht vor offen herumliegenden Medikamenten bei Erkrankungsfällen in der Familie oder bei Besuch durch z.B. die Großeltern.

- **Gefährliche Substanzen außerhalb der Reichweite von Kindern aufbewahren und Nahrungsmittel mit Alkoholgehalt bzw. alkoholische Getränke nicht unbeobachtet stehen lassen.**
- **Besuch darauf hinweisen, dass Kinder im Haus wohnen und deshalb auf intakte Kindersicherungen geachtet wird.**
- **Rufnummern von der Giftnotrufzentrale bereithalten/einspeichern.**
- **Kindern frühzeitig die Gefahren in Wohnung und Garten vermitteln.**
- **Giftsubstanzen nie neben Lebensmitteln aufbewahren oder in Getränkeflaschen oder andere Lebensmittelbehältnisse abfüllen (Verwechslungsgefahr)**

ERSTE HILFE BEI VERGIFTUNGEN (INTOXIKATIONEN)



Informationsmaterial

Liste der Vergiftungszentralen abrufbar beim Bundesamt für Verbraucherschutz und Lebensmittelsicherheit:

https://www.bvl.bund.de/DE/Arbeitsbereiche/01_Lebensmittel/03_Verbraucher/09_InfektionenIntoxikationen/02_Giftnotrufzentralen/lm_LMVergiftung_giftnotrufzentralen_node.html

KINDERNOTFALL ABC ONLINE KURS

mit Dr. med. Katharina Rieth



**ERSTE HILFE BEI NOTFÄLLEN
SPEZIELL FÜR BABIES UND KLEINKINDER**

**PLUS: Medizinische Themen, die inhaltlich weit über
das normale Notfall 1x1 hinaus gehen.**



www.mapadoo.de/erste-hilfe

