

FÜR HELDEN DES ALLTAGS UND MUTIGE KLEINE ENTDECKER

Wichtige Nummern und Daten



Notruf/Rettungsdienst: **112**



Polizei: **110**



Giftnotruf: _____



Ärztlicher Bereitschaftsdienst: **116117**



Kinderarzt: _____

Telefonnr.: _____



Hausarzt: _____

Telefonnr.: _____



Mama: _____



Papa: _____



Hier wohnen wir: _____



Weitere Kontakte: _____

Wichtige Infos/Allergien:



Dein Online-Arzt – 24/7 erreichbar

Ein exklusives Angebot
für Versicherte der
Mobil Krankenkasse



*Felder ausfüllen und an gut sichtbarem Ort für Notfälle anbringen.

Im Zweifelsfall gilt immer: Lieber einmal zu viel, als einmal zu wenig
den Notarzt rufen – unter der 112!

Nachhaltig gesund.

Mobil
KRANKENKASSE

WENN SCHNELLES HANDELN GEFRAGT IST

Was ist zu tun, wenn...

Sturz von Wickeltisch/Bett/Couch

- Verhält sich Ihr Kind **normal** (reagiert, trinkt, isst, spielt), kann die **Überwachung zu Hause** erfolgen. Im Zweifelsfall mit dem Kinderarzt/Hausarzt Rücksprache halten.
- Sollte Ihr Kind nach einem Sturz das **Bewusstsein verlieren** oder sich **erbrechen** (zeitversetzt bis zu 48 Stunden), rufen Sie den Rettungsdienst unter **112**.

Verbrennungen und Verbrühungen

- **Kleinflächige (max. handflächengroße) Verbrennungen** können Sie mit lauwarmem **Wasser kühlen** (nicht länger als zehn Minuten). **Rücksprache** mit Kinderarzt, ärztlichem Bereitschaftsdienst oder Ärzten über Online-Sprechstunde halten.
- **Großflächige Verbrennungen** nicht kühlen. Decken Sie die Körperstellen locker und ohne Druck mit einem keimfreien Verbandtuch ab. Rufen Sie den Rettungsdienst unter **112**.

Vergiftungen

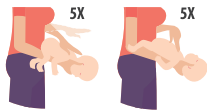
- Rufen Sie zuerst den Rettungsdienst unter der 112 an und anschließend die Giftnotrufzentrale. Versuchen Sie **nicht**, Ihr Kind zum **Erbrechen** zu bringen. Geben Sie ihm **keine Milch**, da sie die Giftaufnahme beschleunigt.

Fieberkrampf/Krampfanfall

- Bei einem **Fieberkrampf oder Krampfanfall** rufen Sie den Rettungsdienst unter **112**. **Lagern** Sie Ihr Kind **weich**. **Lockern** Sie die **Kleidung** und schützen Sie es vor dem Herunterfallen.
- Versuchen Sie **nicht**, die **Krämpfe zu verhindern**. Während des Krampfs dürfen Sie das Kind **nicht schütteln oder festhalten**.

Fremdkörper in den Atemwegen

- Falls Ihr Kind **effektiv hustet**, sind keine externen Maßnahmen erforderlich. Ermuntern Sie Ihr Kind, **weiter zu husten** und **überwachen** Sie es.
- Falls der Husten Ihres Kindes **ineffektiv** ist oder wird oder Ihr Kind blau anläuft, rufen Sie den Rettungsdienst unter **112** und ergreifen Sie folgende Maßnahmen:



Vorgehen bei Säuglingen < 1 Jahr

- Fünf Rückenschläge mit dem Handballen zwischen den Schulterblättern
- Weiterhin Atemnot: fünf ruckartige Kompressionen des **Brustkorbs**
- Ohne Erfolg: Maßnahmen wiederholen und ggfs. Wiederbelebung starten, wenn das Kind nicht mehr ansprechbar ist (fünfmal beatmen)



Vorgehen bei Kindern > 1 Jahr

- Fünf Rückenschläge mit dem Handballen zwischen den Schulterblättern
- Weiterhin Atemnot: fünfmal Heimlich-Griff
- Ohne Erfolg: Maßnahmen wiederholen und ggfs. Wiederbelebung starten, wenn das Kind nicht mehr ansprechbar ist (fünfmal beatmen)

Stromunfälle

- Hat Ihr Kind noch **Kontakt** zur Stromquelle, **unterbrechen** Sie den Stromkreis: **Stecker ziehen** oder **Hauptsicherung ausstellen**.
- Gelingt das nicht, **ziehen oder stoßen** Sie Ihr **Kind** mit einem isolierenden, nichtleitenden Gegenstand (bspw. aus Holz) von der Stromquelle **weg**.
- Rufen Sie den Rettungsdienst unter **112**.