Was tut man bei Nasenbluten?

Kleine Verletzungen richtig versorgen

Nasenbluten ist meist harmlos. Setz dich hin, beug den Kopf nach vorn und drück die Nasenflügel etwa zehn Minuten zusammen. Etwas Kaltes im Nacken hilft. Den Kopf nicht nach hinten legen: Sonst läuft das Blut in den Rachen und in den Magen, und dir wird übel. Eine Schürfwunde spülst du mit sauberem Leitungswasser und deckst sie mit einem Pflaster ab. Bei schweren Verletzungen rufst du den Notruf 112.

Erste Hilfe bei Nasenbluten



Schürfwunde versorgen

1. **Hände waschen.**
2. **Die Wunde mit sauberem Leitungswasser vorsichtig ausspülen.**
3. **Nicht pusten und keine Hausmittel darauf.**
4. **Mit einem Pflaster oder Verband abdecken.**

Sauber spülen, sauber abdecken.

Typische Falle

- Kopf nach vorn, nicht in den Nacken – auch wenn viele es anders gelernt haben.
- Ein Kühlpack nie direkt auf die Haut legen, immer in ein Tuch wickeln.
- Hört das Nasenbluten nach einer Viertelstunde nicht auf, muss ein Arzt helfen.

Wann holst du Hilfe?

WAS IST PASSIERT?	WAS TUST DU?
KLEINE SCHÜRFWUNDE, LEICHTES NASENBLUTEN	**selbst versorgen, Erwachsenen Bescheid sagen**
NASENBLUTEN HÖRT NACH 15 MINUTEN NICHT AUF	**zum Arzt**
JEMAND IST BEWUSSTLOS ODER BLUTET STARK	**sofort 112 rufen**

FÜR ELTERN

Üben Sie die Haltung einmal ohne Blut: nach vorn beugen, Nasenflügel drücken, kalter Lappen in den Nacken.

Was tut man bei Nasenbluten?

Name: _____ Datum: _____

1 Nummeriere die Schritte.

Nasenbluten

- [ ] Nasenflügel zusammendrücken
- [ ] Hinsetzen
- [ ] Etwa zehn Minuten warten
- [ ] Kopf nach vorn beugen
- [ ] Kaltes in den Nacken legen

Schürfwunde

- [ ] Pflaster aufkleben
- [ ] Hände waschen
- [ ] Wunde mit Leitungswasser ausspülen

2 Ergänze.

Bei Nasenbluten beugst du den Kopf nach _____.

Die Nasenflügel drückst du etwa _____ Minuten zu.

Etwas Kaltes legst du in den _____.

Bei Bewusstlosigkeit wählst du die Nummer _____.

Was tut man bei Nasenbluten?

3 Was tust du? Verbinde.

kleine Schürfwunde	●	●	sofort 112 rufen
Beule am Kopf	●	●	kühlen und einem Erwachsenen sagen
Nasenbluten hört nicht auf	●	●	spülen und Pflaster
jemand ist bewusstlos	●	●	zum Arzt

4 Richtig gehandelt? Kreuze an.

	RICHTIG	FALSCH
Ole spült seine Schürfwunde unter dem Wasserhahn aus.	☐	☐
Lea pustet kräftig auf die Wunde.	☐	☐
Ben legt ein Kühlpack direkt auf die Haut.	☐	☐
Mia klebt ein Pflaster auf die saubere Wunde.	☐	☐

Was tut man bei Nasenbluten?

5 Kreuze die richtige Antwort an.

Warum beugt man bei Nasenbluten den Kopf nach vorn?

- [ ] Damit das Blut nicht in den Rachen und in den Magen läuft.
- [ ] Damit das Blut schneller herausläuft.
- [ ] Weil man so besser atmen kann als im Liegen.
- [ ] Damit man nicht einschläft.

Warum wickelt man ein Kühlpack in ein Tuch?

- [ ] Damit es länger kalt bleibt.
- [ ] Damit es nicht nass wird.
- [ ] Weil große Kälte direkt auf der Haut sie schädigen kann.
- [ ] Weil es sonst schmilzt.

Tim sagt: „Bei Nasenbluten legt man den Kopf in den Nacken." Was stimmt?

- [ ] Er hat recht, so hört es schneller auf.
- [ ] Er hat recht, wenn man dabei liegt.
- [ ] Falsch: Das Blut läuft dann in den Rachen, richtig ist Kopf nach vorn.
- [ ] Es ist egal, wie man den Kopf hält.

Was tut man bei Nasenbluten?

FÜR ELTERN

Achten Sie darauf, dass Ihr Kind „Kopf nach vorn“ begründen kann und weiß, wann es einen Erwachsenen oder den Notruf 112 holt.

1 Nummeriere die Schritte.

Nasenbluten

3 Nasenflügel zusammendrücken

1 Hinsetzen

5 Etwa zehn Minuten warten

2 Kopf nach vorn beugen

4 Kaltes in den Nacken legen

Schürfwunde

3 Pflaster aufkleben

1 Hände waschen

2 Wunde mit Leitungswasser ausspülen

2 Ergänze.

Bei Nasenbluten beugst du den Kopf nach vorn **.**

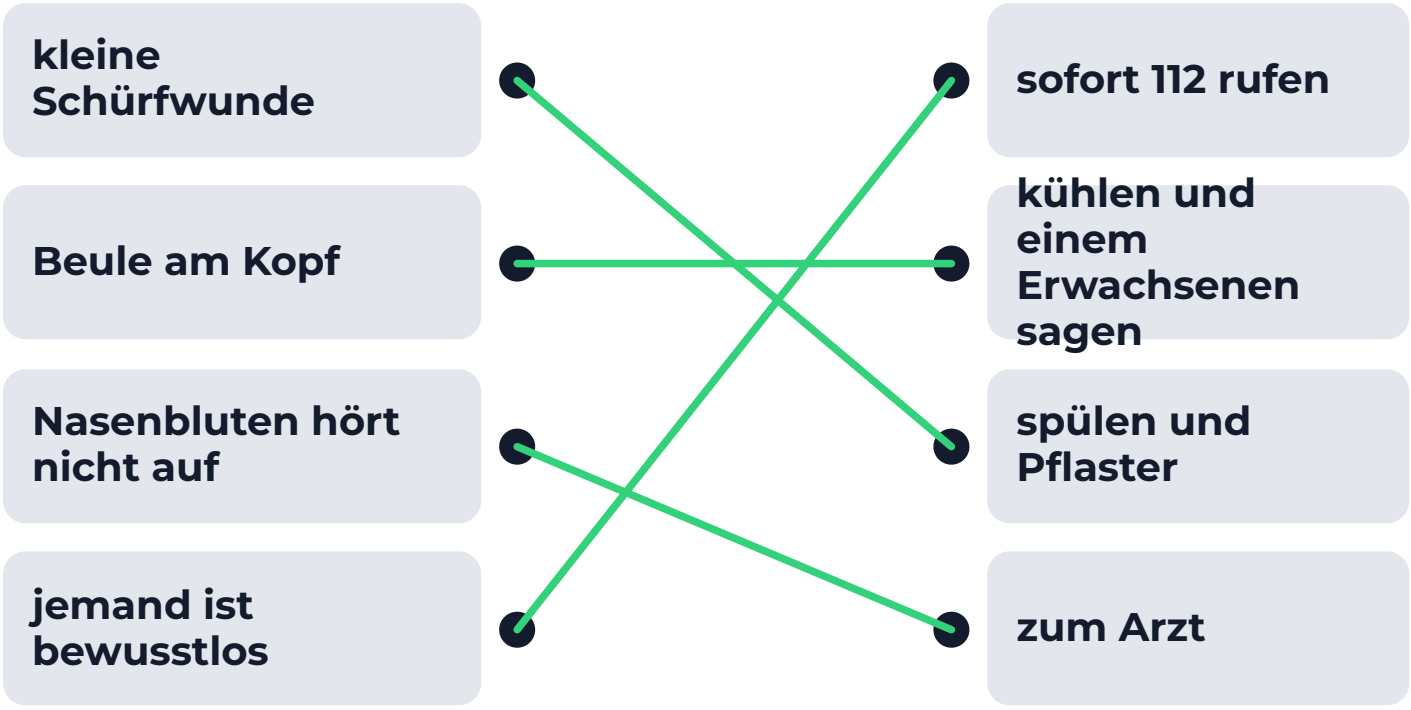
Die Nasenflügel drückst du etwa 10 **Minuten zu.**

Etwas Kaltes legst du in den Nacken **.**

Bei Bewusstlosigkeit wählst du die Nummer 112 **.**

Was tut man bei Nasenbluten?

3 Was tust du? Verbinde.



4 Richtig gehandelt? Kreuze an.

	RICHTIG	FALSCH
Ole spült seine Schürfwunde unter dem Wasserhahn aus.	X	
Lea pustet kräftig auf die Wunde.		X
Ben legt ein Kühlpack direkt auf die Haut.		X
Mia klebt ein Pflaster auf die saubere Wunde.	X	

Was tut man bei Nasenbluten?

5 **Kreuze die richtige Antwort an.**

Warum beugt man bei Nasenbluten den Kopf nach vorn?

[X] **Damit das Blut nicht in den Rachen und in den Magen läuft.**

Verschlucktes Blut reizt den Magen, davon wird einem übel.

Warum wickelt man ein Kühlpack in ein Tuch?

[X] **Weil große Kälte direkt auf der Haut sie schädigen kann.**

Das Tuch schützt die Haut vor Erfrierungen.

Tim sagt: „Bei Nasenbluten legt man den Kopf in den Nacken.“ Was stimmt?

[X] **Falsch: Das Blut läuft dann in den Rachen, richtig ist Kopf nach vorn.**

Die alte Regel gilt nicht mehr, Erste-Hilfe-Kurse lehren: Kopf nach vorn.