



City Survival – Medizinische Erste Hilfe in der Krise

Sie haben sich vorbereitet, Ihre Nahrungsmittelvorräte zusammengestellt, sich neue Survival Fähigkeiten wie die Situative Aufmerksamkeit angeeignet und bestehende Fähigkeiten verbessert.

Wie sieht es mit Ihren medizinischen Fähigkeiten aus? Wie fit sind Sie da?

Wie sieht es mit Ihren Erste Hilfe Kenntnissen aus? Sind Sie in der Lage Herz Lungen Wiederbelebung zu machen, wissen Sie noch was die „stabile Seitenlage“ ist oder können Sie einen Druckverband anlegen? In einer Krisensituation über Erste Hilfe Kenntnisse zu verfügen, kann den Unterschied zwischen Leben und Tod ausmachen. Selbst kleine Verletzungen können ohne ärztliche Hilfe, die in einer Krise nicht unbedingt zur Verfügung steht, ernste gesundheitliche Konsequenzen haben.



Wann war Ihr letzter Erste Hilfe Kurs?

Nehmen wir an, dass auf absehbare Zeit keine ärztliche Hilfe zur Verfügung steht, was machen Sie dann? Sind Sie darauf vorbereitet? Was wissen Sie darüber wie man einen verletzten oder Erkrankten versorgt wenn kein Arzt oder Krankenhaus mehr da sind wo Sie diesen nach der Erstversorgung hinschaffen können?

In einer Krise benötigen Sie nicht nur diese Kenntnisse sondern weitere die über die Standard Erste Hilfe die für das ablegen der Führerscheinprüfung um einiges hinausgeht.

Zuallererst einmal sollten Sie sich dessen bewusst werden, dass in einer Krise sofortige medizinische Hilfe vielleicht nicht zur Verfügung steht. Sie denken jetzt bestimmt, „nein das kann nicht sein, die Krankenhäuser haben immer offen und wenn ich einen Krankenwagen rufe dann ist dieser schnell da“. Ja, in einem Normalfall. Jedoch kann das in einer Krise anders aussehen.

In einer Krise, müssen Sie damit rechnen, dass die Krankenhäuser schnell überlastet sind und der Notruf für den Krankenwagen bis auf weiteres nicht mehr erreichbar ist!



Jetzt frage ich Sie nochmal, wie steht es mit Ihren medizinischen Kenntnissen aus?

Nehmen wir ein Beispiel: Eines Ihrer Familienmitglieder stürzt und verletzt sich am Kopf. Die Wunde blutet stark und Ihr Familienmitglied ist nicht ansprechbar. Sie versuchen den Notarzt anzurufen jedoch läuft ständig eine Ansage dass alle Leitungen belegt sind und Sie warten sollen.

Was denken Sie, macht Ihr bewusstloses, am Kopf stark blutendes Familienmitglied den Eindruck, dass es warten kann?

[ActiveRiskShield](#)



Was können Sie JETZT tun um Ihrem Familienmitglied zu helfen, welche medizinischen Fähigkeiten haben Sie, die Sie JETZT in die Lage versetzen die Verantwortung für Ihr Verletztes und bewusstloses Familienmitglied zu übernehmen und diesem zu helfen?

Mein Vorschlag:

Buchen Sie einen Erste Hilfe Kurs, am besten für die ganze Familie. Je mehr Menschen in Ihrem Haushalt Erste Hilfe können desto besser! Das Rote Kreuz, Die Johanniter und der Arbeiter Samariter Bund (ASB) bieten Erste Hilfe Kurse an. Haben Sie Babies oder Kleinkinder in Ihrem Haushalt, dann lernen Sie auch wie Sie im Notfall einem Baby oder Kleinkind das Leben retten können.

Wenn Sie Tiere haben, einen Hund beispielsweise, dann bieten diese auch Erste Hilfe Kurse an um im Fall des Falles auch Ihren Haustier das Leben zu retten.



Sobald Sie diese Kurse alle erfolgreich absolviert haben, sollten Sie weiter gehen. Das Thema „Taktische Verwundeten Versorgung“ stammt aus dem militärischen Bereich und geht um einiges über die übliche Erste Hilfe hinaus. Zu diesem Thema gib es diese Buch. Kaufen Sie das und arbeiten sie es durch. Legen Sie sich alle notwendigen Hilfsmittel zu Versorgung von Verletzten!

[Taktische Verwundetenversorgung für Militär und Spezialeinheiten der Polizei: Bildatlas und Praxisbuch \(Deutsch\)](#)



Natürlich sind Sie noch nicht am Ende Ihrer Reise angekommen. Denn es gibt immer was zu lernen, außer Sie sind Unfallarzt und haben zusätzlich militärische Fronterfahrung.

Bei YouTube finden Sie hilfreiche Videos aus dem medizinischen Bereich, die über Standard Erste Hilfe Maßnahmen hinausgehen. Welche Möglichkeiten es gibt eine Wunde zu verschließen und wie man eventuelle eine ausgekugelte Schulter wieder einrenken kann.

[ActiveRiskShield](#)

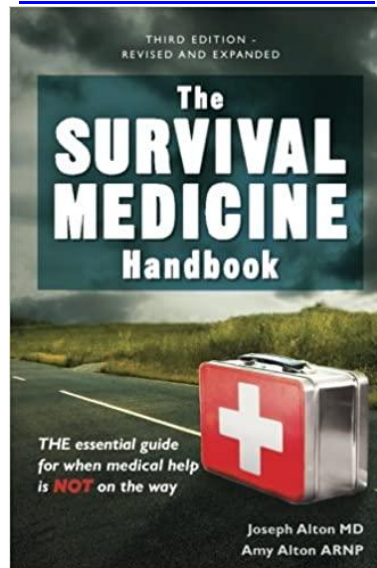




Desweiteren kann es hilfreich sein, zu wissen welche Heilpflanzen in Ihrer Region wachsen, für den Fall das die Medikamentenversorgung nicht mehr funktioniert.

Ich kann Ihnen dieses Buch empfehlen, denn hier finden Sie praktische Vorgehensweisen zu Survival Medizin, geschrieben von einem Arzt. In diesem Buch werden sämtliche Aspekte beleuchtet. Ein unverzichtbares Werk, wenn es um medizinische Hilfe im Fall einer Krise geht, in der kein Arzt oder Krankenhaus in Reichweite sind.

[The Survival Medicine Handbook: THE essential guide for when medical help is NOT on the way \(English\) Taschenbuch – 7. Juni 2016](#)



Fazit: Die praktische Vorbereitung und das Erlernen von medizinischen Fähigkeiten sind immer hilfreich. Dazu muss nicht unbedingt eine Landesweite oder gar globale Krise eintreten. Es reicht schon wenn im Familien, Freundes und Bekanntenkreis ein Mensch Hilfe benötigt und Sie helfen können.

Denken Sie immer daran: „Das Glück bevorzugt den der vorbereitet ist“!

[ActiveRiskShield](#)



Darf geteilt werden!