



## KOPFVERLETZUNGEN IMMER ERNST NEHMEN

Worauf Sie nach einem Sturz achten sollten

Die Blätter sind von den Bäumen gefallen, es regnet und wird früh dunkel – bei solch ungemütlichem Wetter geht man ungerne aus dem Haus. Viele Senioren fürchten sich außerdem davor, auf dem nassen Laub auszurutschen und sich bei einem Sturz zu verletzen. Besonders gefährlich sind dann Kopfverletzungen, denn sie können schwerwiegende Folgen haben.

Ein Sturz ist schnell geschehen: Man stolpert über einen Stein, schaut aufs Mobiltelefon statt auf die Straße oder rutscht plötzlich aus. Dabei besteht immer die Gefahr, sich den Kopf anzustoßen oder sogar direkt auf den Boden zu prallen. Michael Sonntag, Referent für Erste-Hilfe-Ausbildung beim ASB-Bundesverband erklärt: „Zum Glück sehen die meisten Kopfverletzungen schlimmer aus als sie sind: Insbesondere Platzwunden der Kopfhaut bluten oft stark und erschrecken den Betroffenen und die Ersthelfer gewaltig. Dann ist es zunächst einmal wichtig, Ruhe zu bewahren.“

Achten Sie darauf, dass der oder die Verletzte sicher und bequem sitzt oder liegt. Dann säubern Sie vorsichtig die blutende Wunde, um mehr erkennen zu können. Ist die Verletzung klein, drücken Sie für kurze Zeit einen Verband oder ein Taschentuch auf die Wunde, bis die Blutung auf-

hört. Bei größeren, klaffenden Verletzungen oder wenn Sie unsicher sind, ist ein Arztbesuch notwendig. Gerade offene Verletzungen müssen von einem Arzt behandelt und vielleicht sogar genäht werden.

### Harmlos oder ernsthaft?

Ist jemand schwer gestürzt und mit dem Kopf auf den Boden oder eine Kante aufgeschlagen, besteht immer die Gefahr einer Gehirnerschütterung oder sogar einer inneren Blutung. Bei einer Gehirnerschütterung schlägt das Gehirn kurz gegen die Schädelwand. Das führt zu einer vorübergehenden Störung, die Symptome wie Bewusstlosigkeit, Erbrechen oder starke Kopfschmerzen verursachen kann. In leichten Fällen reicht es, Bettruhe zu halten. Bei einer schweren Gehirnerschütterung sollte man allerdings für mindestens 24 Stunden im Krankenhaus bleiben, um Komplikationen zu vermeiden.

Eine Hirnblutung dagegen ist immer ein lebensgefährlicher Notfall und muss sofort ärztlich behandelt werden. Michael Sonntag: „Für Laien ist es nahezu unmöglich, eine schwere Gehirnerschütterung von einer Gehirnblutung zu unterscheiden, und das ist auch nicht ihre Aufgabe. Darum sollte nach einem schweren Sturz auf den Kopf immer ein Arzt gerufen werden. Besonders, wenn starke Kopfschmerzen auftreten, Nase oder Ohren bluten, Übelkeit, Sprachstörungen oder Fieber hinzukommen.“ Diese Symptome müssen nicht unmittelbar nach dem Sturz eintreten. Bis zu 24 Stunden lang sollte der Gestürzte daher genau beobachtet werden, auch wenn er sich nach dem Unfall gut fühlt. Spätestens sobald sich der Zustand des Verletzten verschlechtert, sollte auf jeden Fall ein Arzt gerufen werden.

### Kinder sind besonders verletzlich

Wenn Kinder auf den Kopf fallen, ist immer Vorsicht geboten. Es passiert häufig, dass sich Symptome wie Teilnahmslosigkeit, Unruhe oder lang andauerndes Weinen erst deutlich später, noch Stunden nach dem Sturz, zeigen. Michael Sonntag: „Zögern Sie nicht, den Arzt zu rufen, wenn Ihr Kind auf den Kopf gefallen ist. Besonders, wenn es danach kurz bewusstlos war. Aber auch ohne gravierende Symptome sollte ein Kind nach einem solchen Sturz vorsichtshalber ärztlich untersucht werden.“

Egal zu welcher Jahreszeit, verhindern lassen sich Kopfverletzungen sicher nicht. Doch wer früh genug einen Erste-Hilfe-Kurs besucht, weiß auch in solchen Fällen, was zu tun ist. ■

Text: Gisela Graw  
Foto: Photographee.eu/Fotolia