



Kreissportverband Stormarn e.V.

im Landessportverband Schleswig-Holstein e.V.

Erste Hilfe bei Sportunfällen

Erste Hilfe bei Sportunfällen

Im Rahmen von Trainingsstunden können Trainerinnen und Trainer mit möglichen Zwischenfällen konfrontiert werden. Wunden, Prellungen, Zerrungen, Knochenbrüche, Verrenkungen, Verstauchungen sowie Verletzungen von Muskeln, Sehnen und Bändern sind bei Sportlern keine Seltenheit. Da ist z. B. der Kreuzbandriss bei Fußballspielern, der Unterarmbruch beim Inlineskaten, aber auch Schürfwunden, die sich ein Sportler beim Sturz zuziehen kann. Die Bandbreite reicht von Verstauchungen und Verrenkungen über Knochenbrüche und Wunden bis hin zum Herz-Kreislauf-Stillstand.

Gemäß § 323c StGB sind Trainerinnen und Trainer zur Hilfeleistung im Rahmen der ihnen gegebenen Möglichkeiten verpflichtet. Aber, in Notfällen kompetent und sicher handlungsfähig zu sein, bedeutet neben der sportartspezifischen Kompetenz eine große Herausforderung.

Mit diesem Kurzseminar in Kooperation mit der Park-Klinik Manhagen bieten wir Trainerinnen und Trainern die Möglichkeit, unter ärztlich-fachlicher Anleitung ihr Wissen in der Ersten Hilfe aufzufrischen, geben eine wertvolle Hilfestellung um für Sportunfälle und Notfallsituationen vorbereitet zu sein und kompetent und sicher handeln zu können. Typische Verletzungen werden erläutert und die notwendigen Sofortmaßnahmen werden vermittelt und eingeübt.

Inhalte:

• Erstversorgung von leichten Sportverletzungen

- Prellungen von Muskeln oder Knochen durch stumpfen Anprall
- Zerrungen von Muskeln und Gelenk sichernden Bändern
- Leichte Verstauchungen (Distorsionen) der Gelenke mit geringem Belastungsschmerz

• Erstversorgung komplikationsgefährdender Sportverletzungen

- Ausrenkungen (Luxationen) von Gelenken (z.B. Finger, Schulter)
- Bänderrisse mit schwerem Belastungsschmerz und Gelenkinstabilität (z.B. Knöchel)
- Große Blutergüsse (Hämatome) nach Anprallverletzungen
- Knochenbruchverdacht (Schmerz, Fehlstellung, Schwellung, Bewegungsverlust)
- Sehnenrisse (z.B. von Achillessehne oder Bizepssehne)

• Verletzungen der Körperoberfläche

- Platzwunde/Risswunde/Stichwunde/Schnittwunde

• Herz-Kreislauf-Stillstand und lebensrettende Sofortmaßnahmen

• Erwärmung als Prävention von Sportverletzungen

Termin: 17. März 2012 9:00 – 14:00 Uhr (4LE)

Ort: Park-Klinik Manhagen, Sieker Landstraße 19 in Großhansdorf (www.manhagen.de)

Referent: Dr. Geert Lewing & Physiotherapie Manhagen

Gebühr: 10 €

Anmeldungen ab sofort!

Kreissportverband Stormarn e.V.,
Mewesstr. 22, 23843 Bad Oldesloe

Tel. 04531-160161 • Fax: 04531-160163

info@ksv-stormarn.de

An den
Kreissportverband Stormarn e.V.
-Geschäftsstelle-
Mewesstr. 22
23843 Bad Oldesloe

FAX: 04531- 160163
info@ksv-stormarn.de

ANMELDUNG

zur Teilnahme an

Erste Hilfe bei Sportverletzungen

Am Samstag, 17. März 2012 , von 9:00 - ca.14:00 Uhr in Großhansdorf

Hiermit melde ich mich verbindlich zu o.a. Seminar an.

Name: Vorname:

Straße: PLZ/Ort:

Telefon: Geburtsdatum:

Email:

Verein:

Funktion im Verein:

Die Seminargebühren von je **10,- EURO** sind auf das **Konto 801 740 90** des Kreissportverbandes Stormarn bei der Volksbank Stormarn (**BLZ 201 901 09**) bis eine Woche vor Lehrgangsbeginn zu überweisen.
(Genauere Wegbeschreibung folgt mit Bestätigung ca. eine Woche vor Lehrgangsbeginn.)

.....
(Unterschrift Teilnehmer/in)

.....
Vereinsstempel und Unterschrift