



Hilfestellung in Krisensituation

Notfallsituationen können auch im Arbeitsalltag an den Einsatzstellen passieren. Neben physischen Notfällen kommen insbesondere auch psychische Krisensituationen und Erkrankungen immer wieder vor.

Um euch für zukünftige Krisensituationen eine Hilfestellung an die Hand zu geben, haben wir eine Liste von relevanten Telefonnummern zusammengestellt. Hier findet ihr Nummern für gesundheitsbedrohliche Notfälle, aber auch Kontakte, die in psychischen Krisen helfen und beraten.



Medizinische Notfallnummern

Im Folgenden werden unterschiedliche Nummern aufgelistet, die im Notfall von Bedeutung sein können. Hilfreiche Informationen für jegliche Notrufe bei gesundheitsbedrohlichen Fällen sind:

- Name und Vorname
- Straße und Hausnummer, Ort und Postleitzahl
- Telefonnummer
- Wer hat Beschwerden?
- Wie alt ist die Person?
- Was für Beschwerden liegen vor?
- Gibt es ggf. allergische Reaktionen (auf Medikamente)?
- Hat die Person einen Herzschrittmacher?



Feuerwehr und Rettungsdienst

Nummer: **112**

Die 112 sollte nur in lebensbedrohlichen Fällen angerufen werden. Dazu gehören z. B. starke Herzbeschwerden, Bewusstlosigkeit, starke Blutungen, Luftnot, Vergiftungen, Verkehrsunfall mit Personenschaden.



Polizei

Nummer: **110**

Ärztlicher Bereitschaftsdienst

(alle Arztdienste in ganz Deutschland)

Nummer: **116 117**

In dringenden, aber nicht lebensbedrohlichen Fällen ist der kassenärztliche Bereitschaftsdienst rund um die Uhr erreichbar – zum Beispiel bei hohem Fieber, Bauchschmerzen oder Erbrechen. Die kostenfreie Nummer gilt in ganz Deutschland. Unter der Nummer stehen bundesweit hunderte Ärzte außerhalb der regulären Sprechzeiten zur Verfügung, i.d.R. also nachts, am Wochenende und an Feiertagen.

Giftnotruf

Nummer: **0551 192 40**

Folgende Informationen sollten für den Giftnotruf bereitgehalten werden:

- Wer: Kind oder Erwachsener? Alter, Geschlecht und ungefähres Körpergewicht sind hilfreiche Informationen für die Einschätzung der Situation.
- Was: Möglichst genaue Angabe, was eingenommen wurde, z. B. Arzneimittel, Drogen, Haushaltsprodukte, Chemikalie, Pflanze, Pilz, Tier, Lebensmittel. Möglichst genaue Bezeichnung (s. Verpackung) angeben.
- Wann: Zeitpunkt der Einnahme oder Einwirkung sowie Dauer der Einwirkung.
- Wie: Wurde die möglicherweise giftige Substanz z. B. geschluckt, eingeatmet oder über die Haut aufgenommen?
- Wie viel: Möglichst genaue Mengenangabe, z. B. Anzahl der Tabletten, Tropfen, Pflanzenanteile oder Flaschengröße.



Beratungsnummern für psychische Krisen

Wenn es um beratende Hilfe geht, z. B. bei psychiatrischen Krisen, sind folgende Telefonnummern gültig:

Telefonseelsorge

(bei Problemen und Krisen z. B. Mobbing am Arbeitsplatz, Schulen, Sucht, Krankheit, Einsamkeit, Sinnkrisen)

Nummer: **0800 111 0 111**
0800 111 0 222

Kinder- und Jugendtelefon

(Nummer gegen Kummer)

Nummer: **116 111**

Hilfetelefon „Gewalt gegen Frauen“

(Beratungsangebot für Frauen, die Gewalt erleben)

Nummer: **08000 116016**

Weißer Ring

(Hilfe für Kriminalitätsoffer – Landesbüro Niedersachsen)

Nummer **(0511) 799997**

Sozialpsychiatrischer Dienst

(Hilfe für Menschen mit psychischen Erkrankungen)

In den Kommunen stehen für die Versorgung und Beratung psychisch kranker Menschen und ihrer Angehörigen eine Reihe von Einrichtungen zur Verfügung. Die sozialpsychiatrischen Dienste der Landkreise beraten über Behandlungs- und Selbsthilfemöglichkeiten vor Ort.

Eine Liste mit den Telefonnummern der sozialpsychiatrischen Dienste für die jeweiligen Landkreise finden Sie auf der Seite des Niedersächsischen Ministeriums für Soziales, Gesundheit und Gleichstellung:

 https://www.ms.niedersachsen.de/download/19704/Sozialpsychiatrische_Dienste.pdf