

Verschlucken & Aspiration – Erste Hilfe

Kompakte Übersicht für den Notfall und die Warnzeichen der stillen Aspiration.

SOFORTMASSNAHMEN BEI ATEMWEGSVERLEGUNG

- 1 Zum Husten auffordern.** Kann die Person sprechen, atmen oder husten: kräftig weiterhusten lassen. Nicht auf den Rücken klopfen, solange sie wirksam hustet.
- 2 Notruf 144 alarmieren.** Sobald die Person nicht mehr husten, sprechen oder atmen kann – sofort anrufen (lassen) und mit den Massnahmen beginnen.
- 3 Bis zu 5 Rückenschläge.** Seitlich hinter die Person stellen, Oberkörper nach vorn beugen, mit dem Handballen kräftig zwischen die Schulterblätter schlagen – nach jedem Schlag prüfen.
- 4 Bis zu 5 Bauchstösse.** Ohne Wirkung: hinter die Person, Faust zwischen Nabel und Brustbein, mit der anderen Hand umfassen und kräftig nach innen/oben ziehen.
- 5 Im Wechsel wiederholen.** Je 5 Rückenschläge und 5 Bauchstösse abwechseln, bis der Fremdkörper gelöst ist oder der Rettungsdienst eintrifft.
- 6 Bei Bewusstlosigkeit: Wiederbelebung.** Person zu Boden bringen, 144 bestätigen, AED anfordern, sofort mit 30 Thoraxkompressionen beginnen. Keine blinde Fingersuche im Rachen. Reanimation bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes.

NICHT TUN

- **Keine blinde Suche im Mund** – nur klar Sichtbares und leicht Erreichbares entfernen.
- **Keine Bauchstösse bei Säuglingen** – andere Technik; 144 folgen.
- **Keine Bauchstösse bei Schwangeren / stark adipösen Personen** – stattdessen Brustkorbkompressionen.

DANACH

- **Ärztliche Kontrolle** nach Bauchstössen oder kurzer Bewusstlosigkeit – innere Verletzungen möglich.
- **Erste-Hilfe-Kurs** (BLS-AED, z. B. Samariter/SRC) vermittelt die Handgriffe praktisch und sicher.

WARNZEICHEN DER STILLEN ASPIRATION

- **Feuchte / gurgelnde Stimme** unmittelbar nach dem Schlucken.
- **Brodelnde Atemgeräusche**, erhöhte Atemfrequenz oder Kurzatmigkeit nach der Mahlzeit.
- **Wiederkehrende Atemwegsinfekte** / unklares Fieber / Lungenentzündungen.
- **Verändertes Essverhalten**: sehr langsames Essen, häufiges Räuspern, Speisereste im Mund.
- **Sichtbare Zeichen**: Austritt von Speichel/Speisebrei, tränende Augen, Erschöpfung beim Essen.

Wichtig: Diese Kurzfassung ersetzt keinen Erste-Hilfe-Kurs und keine ärztliche, logopädische oder pflegerische Abklärung. Im Notfall immer 144 (Europa 112) wählen. · Quelle & ausführliche Fassung: dysphagiefood.ch/notfall