

Zeitschrift: Zivilschutz = Protection civile = Protezione civile
Herausgeber: Schweizerischer Zivilschutzverband
Band: 9 (1962)
Heft: 3

Rubrik: Zivilschutzfibel : Erste Hilfe

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 10.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Bearbeitet von Herbert Alboth und Hans von Dach unter Mitwirkung massgebender Fachleute
(Alle Rechte beim Schweizerischen Bund für Zivilschutz)

15. Folge

Erste Hilfe

In Fortsetzung unserer vielbeachteten Zivilschutzfibel beginnen wir heute das Kapitel «Erste Hilfe», um hier vor allem im Sinne des Selbstschutzes Anleitungen für die Nächstenhilfe in Kriegs- und Katastrophenfällen zu geben, die auch im Frieden wertvoll sind und dazu beitragen können, bei Unglücksfällen hilfreich Menschenleben zu retten und Leiden zu lindern.

Redaktion

Entkleiden:

Beengende Kleidungsstücke lösen. Im übrigen Entkleidung auf ein Minimum beschränken. Vor Nässe, Kälte oder Hitze schützen.

Laben:

Mit Wasser schluckweise laben. Ausnahmen: Bewusstlosen, Bauch-, Brust- oder Schädelverletzten darf nichts zu trinken gegeben werden.

Erste Hilfe bei Wunden

Die Folgen einer Wunde sind:

- a) Blutung
- b) Schmerzen
- c) bei schweren Wunden eventuell Schock
- d) später eventuell Infektion zufolge Verschmutzung.

Die Erste Hilfe bei Wunden umfasst:

- a) Anlegen eines Wundverbandes
- b) Blutstillung
- c) eventuell Schockbekämpfung.
- Verletzungen nicht auswaschen
- Wunden mit den Fingern nicht berühren
- Keine Salben, Puder usw. auftragen. Wundränder nicht jodieren
- Keine Watte in die Wunde bringen
- Kleiderfetzen, Knochensplitter usw. nicht entfernen
- austretende Teile (Gedärme, Gehirn, Knochen usw.) nicht in die Wunde zurückstopfen
- grosse und ausgedehnte Verletzungen erfordern einen Festhalteverband (wie bei Knochenbrüchen).

Allgemeine Hinweise

Reihenfolge, in der Verletzungsfolgen versorgt werden müssen:

1. schwere Blutungen
2. Atemstörungen (eventuell Atemstillstand)
3. Schock
4. Wunden
5. Knochenbrüche

Lagerung:

den Verwundeten flach und bequem auf einer Unterlage (Zelt, Wolldecke usw.) lagern.

Ausnahmen:

- Bewusstlosigkeit, Erbrechen, Bluten des Kopfes, Oberkörper in Seitenlage. Kopf stark zur Seite drehen.
- Brustverletzungen mit Atemnot. Oberkörper erhöhen.
- Hochroter Kopf. Kopf hoch lagern, Beine tief.

Verbandlehre

Man unterscheidet:

1. Bindenverbände

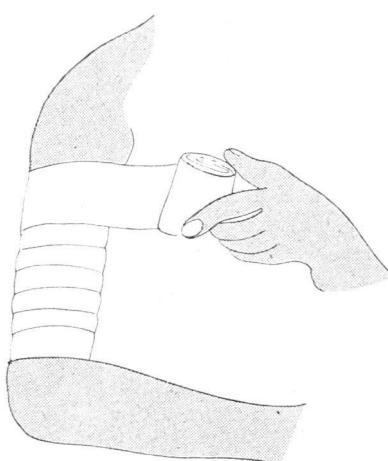
- Schraubenverband
- Verbände mit Achertouren
- Schildkrötenverband
- Kopfverbände
- Verband mit offenen Achertouren
- Kornährenverband

2. Verbände mit Dreiecktuch

- (Vierecktuch)
- Krawattenverband
- Tragschlingen
- Deckverbände

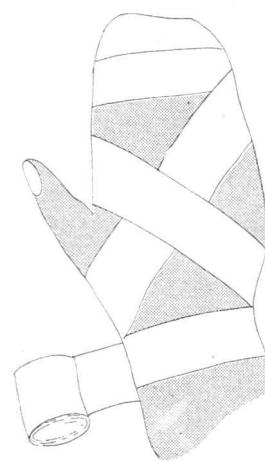
3. Schleuderverbände

4. Klebeverbände



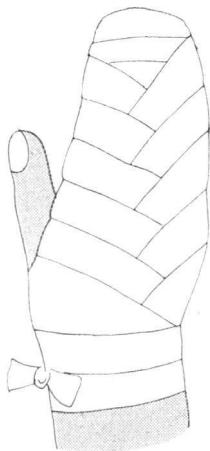
Schraubenverband

An Körperteilen von gleichmässiger Dicke wird nach einigen Kreistouren der Bindenkopf in leicht **schräg** aufsteigender Richtung um den Körperteil herumgeführt.



Verbände mit Achertouren

Anwendung: Hand, Fuss, Schulter, Hüfte
Technik: Mit 2–3 Kreistouren beginnen, dann **schräg** aufwärts um den betreffenden Körperteil herum und **schräg** abwärts, den ersten Gang kreuzend zurück zur Kreistour. Alle weiteren Gänge werden **gleich** ausgeführt bis zur vollständigen Bedeckung des betreffenden Körperteils.



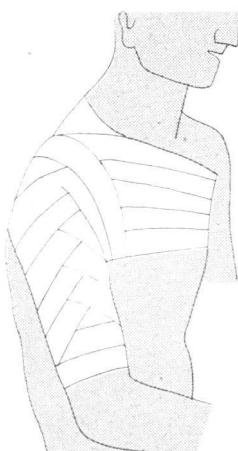
Handverband

Das Bindenende wird auf den Handrücken gelegt, Bindenkopf fährt zurück in die Hohlhand. (Zwei- bis dreimal) Umkreisen der Hand, dann des Handgelenks in Form von Achtertouren, bis die ganze Hand bedeckt ist. Kreuzungsstellen auf dem Handrücken.



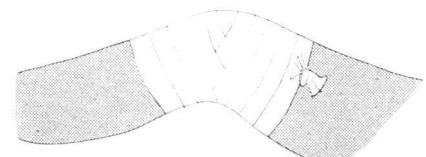
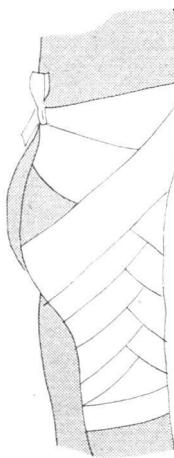
Fussverband

Die Achtertouren umkreisen den Fuss und die Knöchelgegend. Kreuzungsstellen auf dem Fussrücken.



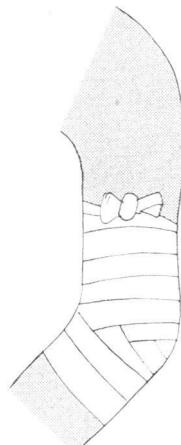
Schulterverband

Beide Achselhöhlen sind auszupolstern. Beginn am Oberarm mit auswärts laufenden Kreistouren. Achtertouren über Rücken, gegenüberliegende Achselhöhle, Brust, verletzte Schulter, Achselhöhle, Kreuzung auf verletzter Schulter, dann wieder Rücken usw. Die weiteren Achtertouren werden in aufsteigender Reihenfolge angelegt, bis ganze Schulter bedeckt ist. Abschluss des Verbandes auf der Brust.



Schildkrötenverband an der Ferse

Schildkrötenverband am Knie



Hüftenverband

Kreistouren um den Oberschenkel, dann aufsteigend über Hüfte, Kreistour um den Bauch herum, dann absteigend auf Hüfte kreuzend um den Oberschenkel herum. Die folgenden Achtertouren werden aufsteigend weitergeführt bis ganze Hüfte bedeckt ist. Kreistouren um den Bauch sind nur am Anfang und beim Abschluss notwendig, um dem Verband genügend Halt zu geben.

Schildkrötenverband

Anwendung: Ellenbogen, Knie und Ferse. Technik: Beginn mit einigen Kreistouren direkt über das leicht gebeugte Gelenk. Nun wird der Bindenkopf von der Beugeseite her leicht schräg abwärts mit dem oberen Rand über die Mitte der Kreistour geführt, dann über die unteren Bindenrand über die Mitte der Kreistour. In gleicher Weise weiterfahren bis das Gelenk bedeckt ist.

Schildkrötenverband am Ellenbogen

Fortsetzung in Nr. IV/62

ZIVILSCHUTZFIBEL

Die angekündigte

ist erschienen. Sie enthält als Zusammenfassung auf 44 Seiten das Kapitel Brandschutz. Die nächsten Kapitel werden später nachgeliefert und können leicht in das praktische Presspanheft eingelegt werden.

Bestellungen sind an den Schweizerischen Bund für Zivilschutz, Taubenstrasse 8, Bern, Telefon, 031 21474, zu richten. Stückpreis Fr. 2.–, Mengenrabatt 10% ab 200 Exemplaren.