

## Karte für Verletztendarsteller und Schiedsrichter

### Patient 1: Sportverletzung – Fuß verknackst – Verstauchung Sprunggelenk

#### Situation vor Ort:

allgemein:

- Beim Sportunterricht „Judo“ knickt ein Schüler plötzlich um und bleibt am Boden sitzen.
- Die anderen Schüler stehen herum und warten gespannt was weiter passiert.
- Ein Klassenkamerad des betroffenen Schülers ist zum bereits zum Lehrer gelaufen; der Schulsanitätsdienst ist verständigt.

Patient:

- Am Einsatzort finden sie einen Patienten vor, der sein angezogenes Bein am Knie festhält und vor Schmerzen stöhnt. Das Gesicht ist schmerzverzerrt und Schweißperlen stehen auf der Stirn.
- Das Sprunggelenk ist angeschwollen, in einer Schonhaltung und ein Hämatom ist sichtbar.

#### Anweisungen Verletztendarsteller:

- Sitzt und hält sein Bein
- klagt über Schmerzen im Bereich des Sprunggelenks
- Schmerzverzerrtes Gesicht
- Schweißperlen auf der Stirn
- berichtet auf Nachfrage, dass er umgeknickt ist und den Fuß nicht mehr richtig bewegen kann



## Hilfestellung für Schiedsrichter

### Befund:

- Bewusstsein
  - Lage: orientiert – ohne Befund
  - Schmerzen: Skala 1 – 10 Stärke 6 bis 7
  - Pupillen: ohne Befund
- Atmung
  - Frequenz: etwas beschleunigt
  - Rhythmus: ohne Befund
- Kreislauf
  - Frequenz: leicht beschleunigt
  - Rhythmus: ohne Befund
  - Blutdruck: ohne Befund
- Verletzungen:
  - Distorsion Sprunggelenk mit Schwellung und Hämatom
- Verdachtsdiagnose
  - Distorsion Sprunggelenk, Verdacht Bandruptur
  - Zustand nach Gewalteinwirkung durch „Umknicken“

### Maßnahmen:

- Lagerung:
  - Unterstützung der Wunschlage des Patienten
- Hilfeleistungen:
  - Eigenschutz durch Situationsanalyse sicherstellen
  - Patienten beruhigen und betreuen
  - Keine unnötigen Bewegungen am Patienten durchführen
  - Unterstützung der Wunschlage des Betroffenen
  - Immobilisation des Fußes durch Umlagern mit Deckenrolle
  - Kühlen mit „Coolpack“ oder feuchtem Tuch/Papiertüchern
  - Wärmeerhalt sicherstellen
  - Vitalfunktionen überprüfen und Dokumentation
  - Anforderung Rettungsdienst -> „Krankentransport“

Quelle: ASB Medical Training Center – 91438 Bad Windsheim  
zusammengestellt und ergänzt von Florian Rößle, BRK LGST, Bildungsreferent BJRK, Erich Matthis, ASB Bayern,  
Landesbeauftragter SSD, Raimund Hofmann, Referent Seminar Bayern

## Karte für Schminker

### Patient 1: Sportverletzung – Fuß verknackst – Verstauchung Sprunggelenk

#### Schminkanleitung:

- Hämatom im Bereich des Sprunggelenks (Farbpaste dunkelrot/blau)
- Schweißperlen auf der Stirn (Spray „Wasser/Glyzeringemisch“)
- Anweisung: „schmerzverzerrtes Gesicht, jammern“

