

LEBENS-  
TIPP

von  
Elisabeth Asanger

### Eltern werden, Familie sein – alles easy, oder?

Ist das erste Baby unterwegs, beginnt bereits die Veränderung vom „Paar-Sein zum Eltern-Werden“. Verbunden mit unterschiedlichen Gefühlen, ist es für erstmals werdende Mamas und Papas eine Reise in unbekannte Welten. Neun Monate Zeit, um sich mit der Situation vertraut zu machen und sich emotional auf das Baby einzustellen. Die vorgeburtliche Zeit beeinflusst die emotionale Entwicklung des ungeborenen Kindes. Nach der Geburt entwickelt sich eine neue Dynamik. Im Idealfall treffen viele positive Erwartungen ein. Manchmal sieht die Realität aber anders aus. Anpassungsschwierigkeiten und alltägliche Belastungen rauben Zeit und Kraft. Die neuen Rollenverhältnisse haben Auswirkung auf die Paarbeziehung. Ein funktionierendes Netzwerk wäre wichtig, ist aber oft nicht vorhanden. Das Gefühl „Alle anderen Eltern schaffen das ganz easy“ vermitteln manche Medien und die Leistungsgesellschaft. Zeit umzudenken! Ein Baby zu bekommen, verantwortungsvolle Eltern zu sein und als Familie zusammenzuwachsen, ist eine Meisterleistung. Das geht nicht schnell, das geht nicht einfach und das geht auch nicht nebenbei. Es braucht Liebe, Zeit und Empathie. Umso wichtiger ist es, junge Eltern zu unterstützen. Aus der Bindungsforschung ist bekannt, dass bei Stress die Feinfühligkeit der Eltern abnimmt. Ein liebevolles Heranwachsen mit Verständnis und klaren Grenzen ist aber das Fundament, damit sich Kinder zu starken Persönlichkeiten entwickeln können. In diesem Sinne wäre es wünschenswert, dem Fokus Familie mehr Bedeutung zu geben. Letztendlich werden starke Kinder starke Erwachsene, die wirksamen Einfluss auf unser familiäres und gesellschaftliches Leben haben.

#### Elisabeth Asanger

aus Perg, Dipl. Lebens- und Sozialberaterin, Psychosoziale Beratung, Elternbildnerin und Safe-Familien-Mentorin

## ERSTE-HILFE-TIPPS

# Das Rote Kreuz ist für die Silvesternacht gerüstet

**BEZIRK PERG.** An 365 Tagen im Jahr sind die Mitarbeiter des Roten Kreuzes rund um die Uhr rasch zur Stelle, wenn Menschen Hilfe brauchen. So sind auch in der Silvesternacht rund 25 Helfer an den sechs Ortsstellen im Bezirk im Einsatz.

Wenn jede Sekunde zählt, ist auf die Mitarbeiter des Roten Kreuzes Verlass. Sie spannen ein engmaschiges Netzwerk der Hilfe quer über den Bezirk und sind für die Menschen in der Region da. Mit knapp 25 im Dienst befindlichen professionellen Helfern ist auch in der letzten bzw. ersten Nacht des Jahres für rasche Hilfe gesorgt. Dazu kommen in einigen Gemeinden des Bezirkes die First Responder, welche auch für Notfälle in Bereitschaft stehen. Koordiniert werden die Einsätze über die Disponenten der Rettungsleitstelle, welche die Notrufe entgegennimmt.

Auch die Gesundheitsberatung 1450 ist rund um die Uhr für Menschen da, wenn bei gesundheitlichen Problemen, die keine Notfälle darstellen, Fragen auftauchen. Die Mitarbeiter vermitteln am Telefon Rat, Hilfe und Orientierung. Typischerweise versorgen die Rettungsdienst-Mitarbeiter:innen in der Silves-



Rettungsmitarbeiter im Dienst sind gut vorbereitet. Foto: ÖÖRK | Werner Asanger

ternacht vermehrt Nachtschwärmer. Zudem passieren immer wieder Unfälle mit Feuerwerkskörpern, die im Krankenhaus enden. „Zu den häufigsten Verletzungen zählen Verbrennungen und Hörschäden“, weiß Bezirksrettungskommandant Christian Geirhofer.

### Erste-Hilfe-Tipps für Silvester

Raketen und Knaller können bei falscher Handhabung brandgefährlich werden. Um die Schmerzen zu lindern, die betroffene Stelle ausgiebig mit Wasser kühlen. Ist der verletzte Person kalt, stoppen Sie die Kühlung. Danach die Verbrennung mit einer sterilen Wundauflage abdecken und mit Mullbinden locker fixieren. Bei großflächigen Verbrennungen die Rettung unter 144 rufen.

### Augenverletzungen und abgetrennte Finger

Feuerwerke können schnell ins Auge gehen. Entfernen Sie größere Fremdkörper auf keinen Fall selbst. Rufen Sie sofort den Notruf! Kleinere Partikel vorsichtig mit Wasser ausspülen.

Ein Fall für die Rettung sind abgetrennte Finger. Bis zum Eintreffen der Sanitäter:innen die Blutung durch direkten Druck auf die Wunden mit keimfreien Wundauflagen stoppen. Abgetrennte Körperteile sind wie jede andere Wunde zu behandeln. „Wickeln Sie den abgetrennten Finger in keimfreies Verbandmaterial, geben Sie ihn dann in ein Plastiksackerl oder wickeln Sie ihn in eine Rettungsdecke ein“, ergänzt Geirhofer. „Hände weg von Eis und Wasser – mit beidem sollten abgetrennte Gliedmaßen nicht in Berührung kommen.“

### Knalltrauma durch Böller

Jedes Jahr erleiden rund 1.000 Menschen Hörschäden durch Böller. Hört man plötzlich schlechter und hat Schmerzen im Ohr, können das Anzeichen für ein Knalltrauma sein. In diesem Fall ins Ruhige gehen und einen Arzt aufsuchen. ■



**Kleine Genies** Fast 58.000 Schüler haben heuer am von der Österreichischen Computer Gesellschaft organisierten Wettbewerb für logisches Denken teilgenommen. Matthias und Georg von der IT-Mittelschule schafften, was nur etwa einem Prozent der Teilnehmer gelungen ist: Sie haben alle Fragestellungen fehlerfrei gelöst. Foto: Klammer