

Selbstlerninhalte und FOAME (nicht nur) für Demo-Sanis

Nov. 11, 2025 von <https://antifaetzung.org>, dem Autonomen Sani Kollektiv Göttingen

Erste Hilfe lernt mensch am besten mit und von anderen Menschen; zum Beispiel in einem unseren Workshops (zu denen ihr uns gern unter demosanigoe@riseup.net anfragen könnt!). Auch die Hilfsorganisationen (DRK, ASB, JUH, MHD, DLRG) sowie freie Erste Hilfe Ausbilder*innen wie das Erste Hilfe Schulungszentrum Göttingen bieten Erste Hilfe und darüber hinausreichende Sanitätsausbildung an. Wer darüber hinaus oder eigenständig außerhalb von Berufsfachschulen, Uni etc. seriöse Informationen sucht, kann schnell die Orientierung verlieren. Die Vielzahl an „Medfluencern“ [Kunstwort aus Medizin und Influencern, Menschen die in sog. Sozialen Medien meinungsbeeinflussend wirken] macht es immer schwerer, verlässliche Informationen im Internet dazu zu finden.

Wer auf der Suche nach (notfall-) medizinischen Inhalten ist, die gut recherchiert und kuratiert sind, findet diese beispielsweise in Form des [BEC – Basic Emergency Care Courses](#) der WHO. Den Onlineteil gibt es [hier als 18 teilige Videoreihe](#) ohne Registrierung.

Darüber hinaus gibt es unter dem Stichwort FOAME, Free Open Access Medical Education, eine riesige Community von Menschen aus dem Gesundheitswesen (v.a. Notfallsanitäter*innen, Ärzt*innen) die überwiegend sehr gut und studienbasiert medizinische Inhalte aufarbeiten. Zielgruppe sind in erster Linie Menschen aus dem Gesundheitswesen bzw. ein professionelles bzw. professionalisiertes Publikum.

Empfehlenswert sind z.B. der Blog [dasFOAM](#) und die Infografiken von [Nerdfallmedizin](#) (der gleichnamige Blog wurde zugunsten des Projekts [Notfallguru](#) eingestellt) sowie der Podcasts der [Pin-Up Doc's](#). Auf der Seite der letztgenannten gibt es auch eine sehr umfassende Liste mit weiteren Empfehlungen.

Allgemeine Informationen rund um das Thema „Gesundheit“ sind auf der Seite <https://www.gesundheitsinformation.de/> des Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen (IQWiG) zu finden. Bei Fragen rund um Allergische Erkrankungen, Atemwegserkrankungen, Augen, Nase, Ohren, Diabetes, Hormonstörungen, Schwangerschaft und Geburt, Sexuelle Gesundheit und Verhütung, Sucht u.v.a.m. lohnt sich ein Blick auf die Seite. Auch zum „fact-checken“ wenn einem ein Gesundheitstipp aus einem Instagram-Post fragwürdig erscheint.

Version #1

Erstellt: 2026-07-23 07:52:23 UTC von Som31_3ls3

Zuletzt aktualisiert: 2026-07-23 07:57:37 UTC von Som31_3ls3