



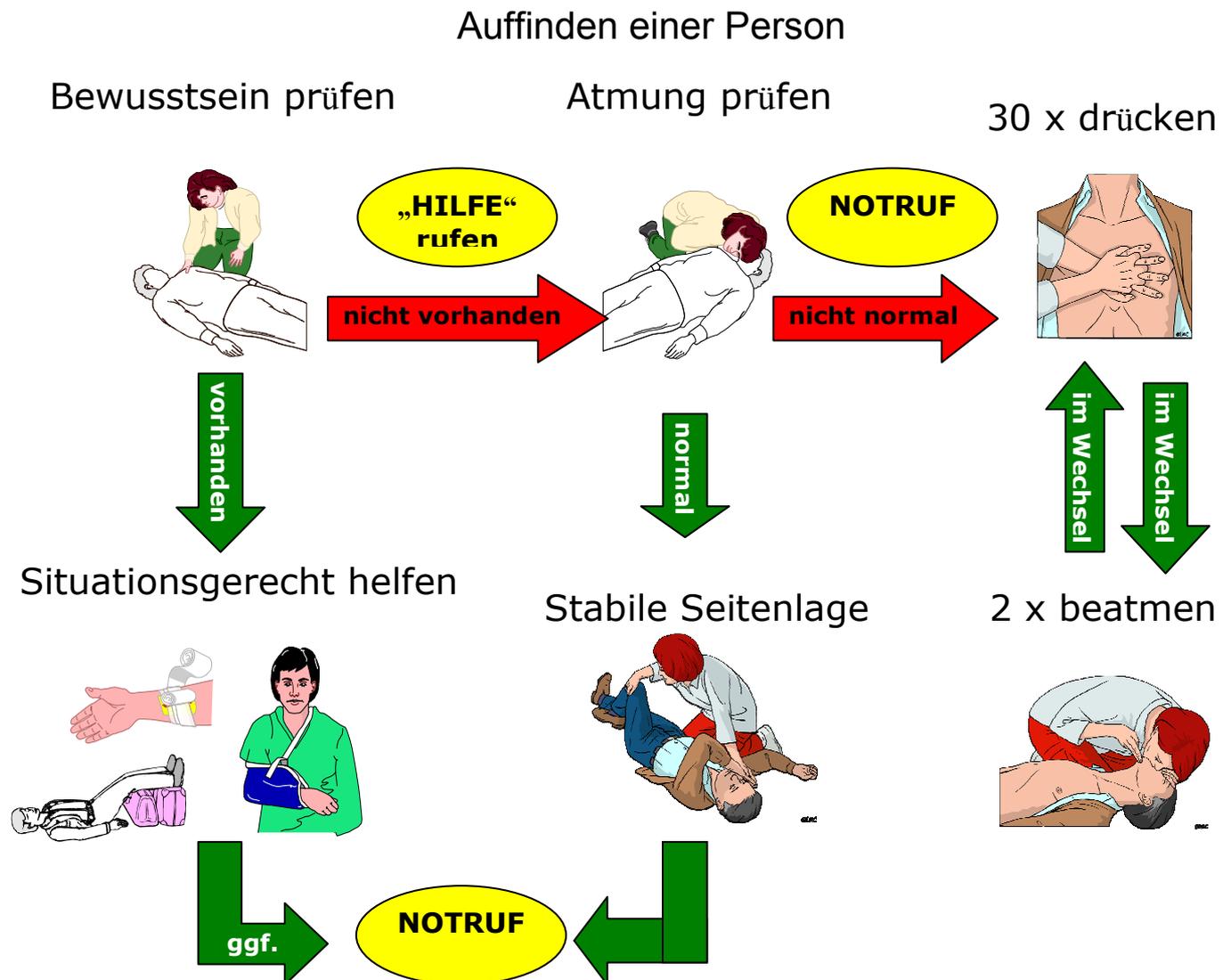
## Informationsblatt 16

Stand 01/2013

### Neue Regeln in der Ersten Hilfe

Seit dem 01.01.2007 gelten neue Richtlinien in der Ersten Hilfe. Schwerpunkt der Neuregelungen liegt im Ablauf der Wiederbelebungsmaßnahmen (Cardiopulmonale Reanimation = CPR) und der stabilen Seitenlage. Die bisherige Vorgehensweise ist nicht falsch, aber sie wird in dieser Form nicht mehr publiziert und gelehrt.

Wie gestaltet sich nun der Ablauf mit den neuen Inhalten?



### 1. Prüfen Sie das Bewusstsein

Sprechen Sie oder fassen Sie die aufgefundene Person an. Ist die Person ansprechbar und somit bei Bewusstsein, dann helfen Sie situationsgerecht entsprechend der Verletzung. Entscheiden Sie je nach Art und Ausmaß der Verletzung, ob ein ärztlicher Notdienst erforderlich ist.

Ist die aufgefundene Person nicht bei Bewusstsein, denn RUFEN SIE UM HILFE, damit andere Personen auf Sie aufmerksam werden. Prüfen Sie ohne weiteren Zeitverzug die Atmung.

### 2. Prüfen Sie die Atmung

Stellen Sie fest, ob die Atmung normal ist oder nicht. Entsprechend neuer Vorgaben haben Sie NUR 10 SEKUNDEN Zeit, um dies festzustellen. Kontrollieren Sie dazu die Mundhöhle und entfernen Fremdkörper. Überstrecken Sie den Kopf und halten Sie Ihre Wange oder Ihr Ohr über den Mund/ Nase der bewusstlosen Person. Auf diese Art können Sie den Atem spüren. Entscheiden Sie, ob die Atmung NORMAL oder NICHT NORMAL ist. Lassen Sie sich nicht durch eine Schnappatmung täuschen, denn 40 % der Herz-Kreislaufstillstände gehen mit dieser NICHT NORMALEN Atmung einher.

Ein Bewusstloser mit NORMALER Atmung muss in die STABILE SEITENLAGE gebracht werden. Hierzu werden neue Handgriffe gelehrt. Statt der 5 sind es vereinfacht nur noch 3 Handgriffe:

1. Handgriff:  den nahen Arm des Bewusstlosen angewinkelt nach oben neben dessen Kopf legen (Handfläche nach oben)

2. Handgriff:  den anderen Arm über den Brustkorb ziehen und die Hand des Betroffenen auf dessen Wange legen

3. Handgriff:  das ferne Knie beugen und den Betroffenen zu sich herüberziehen

Stabile Seitenlage



Ein Bewusstloser mit NICHT NORMALER Atmung muss auf den Rücken gedreht und wiederbelebt werden. Lösen Sie in diesem Zusammenhang unverzüglich den Notruf aus (Tel.: 112).

### 3. Führen Sie die Wiederbelebungsmaßnahmen durch

Achten Sie darauf, dass die Person mit dem Rücken auf festen Grund liegt. Es muss unverzüglich mit der Herzdruckmassage begonnen werden (30 x drücken), erst danach werden 2 kurze Atemstöße zur Beatmung gegeben. Ein kurzer Atemstoß dauert nur 1 Sekunde.

Dieses neue Schema 30 : 2 ist mit zwei Ausnahmesituationen generell anzuwenden. Ausnahmen bilden Wiederbelebungsmaßnahmen bei Kindern und Ertrunkenen. In diesen Situationen wird mit 5 Atemstößen zur Beatmung begonnen und danach im Rhythmus von 30 : 2 fortgesetzt.

**♣ Wenn Sie aufmerksam gelesen haben, fällt Ihnen sicher auf, dass Sie keinen Puls tasten mussten. Für Geübte ist es sicher kein Problem, schnell und sicher den Puls zu finden. Für Ungeübte kann es beim Aufsuchen des Pulses zum Verlust wertvoller Zeit und somit zur erheblichen Verzögerung der lebensrettenden Maßnahmen kommen. Nicht der Puls, sondern Bewusstsein und Atmung entscheiden über das Vorgehen bei der Ersten Hilfe durch Helfer!**