



Neue Richtlinien für die Erste Hilfe

Seit dem 1. Januar 2007 gelten neue Richtlinien für die Erste Hilfe-Ausbildung in Deutschland, darauf weist der Verband deutscher Sicherheitsingenieure e. V. (VDSi) in einer Pressemitteilung hin. Die neuen Regeln sollen es Ersthelfern leichter machen, im Notfall aktiv zu werden und Leben zu retten.

Geändert haben sich insbesondere die Anleitungen dafür, wie eine bewusstlose Person, in die "stabile Seitenlage" gebracht werden kann und für die Wiederbelebung einer bewusstloser Person, die nicht normal atmet. Der VDSi empfiehlt jedem, sich mit den neuen Regeln vertraut machen, zum Beispiel indem er sein Erste-Hilfe-Wissen, das häufig vor langer Zeit für den Führerschein erworben wurde, in einem Kurs auffrischt. Entsprechende Kurse bieten alle Hilfsorganisationen an.

Stabile Seitenlage

Vereinfachungen bei der stabilen Seitenlage, die zum Beispiel verhindert, dass ein Bewusstloser an Erbrochenem erstickt: Dazu den nahen Arm des Bewusstlosen angewinkelt nach oben neben dessen Kopf legen ([Abb.1](#)). Den anderen Arm über den Brustkorb ziehen und die Hand des Bewusstlosen auf dessen Wange legen ([Abb.2](#)). Das ferne Knie beugen, den Bewusstlosen zu sich ziehen, seinen Kopf überstrecken und dessen Mund leicht öffnen ([Abb.3](#)) und ([Abb. 4](#)).

Wiederbelebung

Vereinfachungen bei der Wiederbelebung von Bewusstlosen, die nicht normal atmen. Notruf an die Nummer 112 (in einigen Bundesländern zusätzlich 19222) absetzen, dann mit Wiederbelebung beginnen. Dafür zunächst mit aufeinanderliegenden Händen 30mal auf die Mitte des Brustkorbs des Bewusstlosen drücken (etwas schneller als einmal pro Sekunde). Dann Kopf des Bewusstlosen überstrecken, seine Nase zuhalten und ihn zweimal von Mund zu Mund beatmen. Wechsel von Herzdruckmassage und Beatmung im Verhältnis 30:2 beibehalten, bis der Rettungsdienst kommt. (Bisher galt das Verhältnis 15:2, Studien haben jedoch gezeigt, dass die häufigere Herzdruckmassage für das Überleben sehr wichtig ist.)

Erste Hilfe im Betrieb

Für die Organisation der betrieblichen Ersten Hilfe gibt es gesetzliche Vorschriften. Gesetzlich vorgeschrieben ist unter anderem, dass in Betrieben mit mehr als zwei und höchstens 20 Mitarbeitern ein Ersthelfer vorhanden sein muss. Es sollte jedoch auch bedacht werden, dass dieser einmal ausfallen kann. Bei Betrieben über 20 Mitarbeitern hängt die Zahl der Ersthelfer von der Branchenzugehörigkeit ab. Alle Ersthelfer müssen alle zwei Jahre eine Fortbildung besuchen. Darüber hinaus müssen Notruf-Meldeeinrichtungen und Erste-Hilfe-Material in ausreichender Menge zur Verfügung stehen. Alle Beschäftigten müssen einmal jährlich zum Verhalten in Notfällen unterwiesen werden. Quelle: vdsi, PM vom 25.01.2007



Stabile Seitenlage

Durch die **Stabile Seitenlage** wird sichergestellt, dass die Atemwege freigehalten werden und Erbrochenes, Blut etc. ablaufen kann - der Mund des Betroffenen wird zum tiefsten Punkt des Körpers. Der Betroffene wird so vor dem Erstickten bewahrt.



Durchführung



- Seitlich neben dem Betroffenen knien.
- Beine des Betroffenen strecken.
- Den nahen Arm des Bewusstlosen angewinkelt nach oben legen, die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben.



- Fernen Arm des Betroffenen am Handgelenk greifen.
- Arm vor der Brust kreuzen, die Handoberfläche des Betroffenen an dessen Wange legen.
- Hand nicht loslassen.



- An den fernen Oberschenkel greifen und Bein des Betroffenen beugen.



- Den Betroffenen zu sich herüber ziehen.
- Das oben liegende Bein so ausrichten, dass der Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte liegt.



- Hals überstrecken, damit die Atemwege frei werden.
- Mund des Betroffenen leicht öffnen.
- Die an der Wange liegende Hand so ausrichten, dass der Hals überstreckt bleibt.