

Der kleine Lebensretter – Wiederbelebung

Bei bewusstlosen Personen besteht immer die Gefahr eines Kreislaufstillstandes. Deshalb muss schnellstmöglich gehandelt werden.

Kreislaufstillstand

Wenn Atem- beziehungsweise Kreislaufstillstand eintritt, muss die HelferIn oder der Helfer rasch reagieren. Es darf keine Zeit mit der Suche nach der Ursache verschwendet werden, da nur wenige Minuten für eine erfolgreiche Wiederbelebung zur Verfügung stehen. Seit Dezember 2005 ist folgende Vorgangsweise nach internationalen Richtlinien empfohlen:

Schritt 1

Bewusstsein erkennen

- Patientin oder Patienten ansprechen, berühren (vorsichtig schütteln).
- Reagiert die Patientin oder der Patient nicht: um Hilfe rufen!



Schritt 2

Atmung feststellen

- Atemwege freimachen – Kopf leicht nach hinten überstrecken.
- Hören – Sehen – Fühlen: normale Atmung / keine normale Atmung.



Schritt 3

Notruf

- Notruf absetzen! **Telefon 112**

Schritt 4

Ab hier die eigentliche Herz-Lungen-Wiederbelebung

- Druckpunkt: in der Mitte vom Brustkorb



Schritt 5

- Handballen auflegen, darüber die zweite Hand.



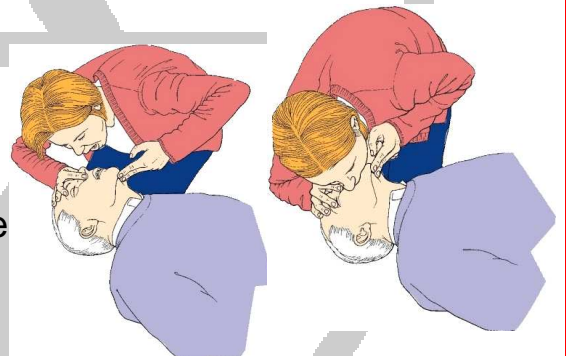
Schritt 6

- Mit gestreckten Armen Druck senkrecht auf das Brustbein ausüben und etwa vier bis fünf Zentimeter rhythmisch niederdrücken (etwa 100 pro Minute).



Schritt 7

- Nase zuhalten und mit weit geöffnetem Mund zwei Mal langsam beatmen (etwa eine Sekunde pro Beatmung).



Schritt 8

- Im Verhältnis 30:2 (30 Mal Druckmassage und 2 Mal beatmen) bis zum Eintreffen der Rettung wiederbeleben (gilt für Ein- und für Zweihelfer).



Schritt 9

- Zwischendurch immer wieder die Atmung kontrollieren.
- Sollte wieder eine stabile Atmung vorhanden sein, so kann die Patientin oder der Patient in die stabile Seitenlage gebracht werden.

Algorithmus der Reanimationsmaßnahmen beim Erwachsenen

nach den Richtlinien des *European Resuscitation Council* von 2005

