

Zeit kann Leben retten!

Einen Erste-Hilfe-Kurs haben (fast) alle schon einmal besucht. Doch wie lange ist das her? Gemeinsam mit dem DRK bot der **Arbeitskreis „50Aktiv“** der Verbandsgemeinde Zell (Mosel) am 28. März 2017 eine „kleine Auffrischung“ für Senioren an. Als Ausbilder stand Michael Brück aus Bullay, bei dem wir uns nochmals recht herzlich bedanken, zur Verfügung.

Erste Hilfe kann JEDER leisten – denn die erste Hilfe beginnt mit dem Anruf der Notrufnummer 112.

Pro Jahr rücken Notärzte und Rettungsdienstpersonal 2,5 Mio. Mal zu einer Vielzahl von unterschiedlichen Notfällen aus und benötigen auf dem Land durchschnittlich 15 Minuten bis sie am „Notfallort“ eintreffen.

Zu dem Grundkurs kamen acht interessierte Senioren/innen. Dieser hatte zum Ziel, die Teilnehmer/Innen mit der Hilfeleistung nach Unfällen oder bei Eintritt plötzlicher Erkrankungen so vertraut zu machen, dass sie selbstständig und eigenverantwortlich erste Hilfe leisten können. Er bot auch die Möglichkeit, das bereits einmal Gelernte zu wiederholen, zu üben, zu festigen.



Sie erfuhren, dass der plötzliche Herztod eine der häufigsten Todesursachen in Deutschland ist. Hört das Herz plötzlich auf zu schlagen, zählt jede Sekunde. Je schneller jetzt geholfen wird, desto größer ist die Wahrscheinlichkeit zu überleben.

Denn die ersten vier Minuten können über Leben und Tod entscheiden, z.B. im Falle eines Herzstillstandes.

Ein noch so guter Rettungsdienst kann ein Überleben nicht sichern, wenn nicht der Notfallzeuge bis zum Eintreffen des Personals des Rettungsdienstes die Zeit durch sachgerechte Hilfe überbrückt. Fehlende Hilfe bei Notfällen ist leider ein weitverbreitetes Verhalten. Als

Ursachen kommen häufig Gleichgültigkeit und fehlende Solidarität in Frage. Ein weiterer Grund für die fehlende Erste-Hilfe-Leistung ist auch, dass viele Bürger sich nicht trauen zu helfen oder überfordert sind, da ihr Erste-Hilfe-Kurs zu lange zurückliegt. Aus fachlicher Unsicherheit heraus resultiert dann eine fehlende Hilfeleistung am Ort des Geschehens.

Natürlich wurde der Umgang mit einem Defibrillator gezeigt. Dieser kommt zum Einsatz bei Herzversagen. Bei etwa der Hälfte aller Patienten liegt zunächst ein Kammerflimmern vor, das durch eine so genannte Defibrillation in einen normalen Rhythmus übergeleitet werden kann. Seit einigen Jahren gibt es kleine Geräte, mit denen auch Laien eine Defibrillation durchführen können – die Automatisierten Externen Defibrillatoren (AED).

AEDs hängen inzwischen an vielen öffentlichen Plätzen, wie zum Beispiel Flughäfen, Sporteinrichtungen und Ämtern, so auch in der Verbandsgemeinderverwaltung Zell (Mosel). Die Geräte sind selbsterklärend und geben jeden Schritt vor. Man kann NICHTS FALSCH machen!



Weiter ging es vom einfachen Pflasterverband über den Druckverband zu anderen praktische Übungen, wie einen Verletzten in eine stabile Seitenlage zu bringen, Druckmassage und Beatmung durchzuführen und einiges mehr.

Ebenfalls behandelt wurden folgende Themenbereiche: Unfallverhütung, lebensrettende Sofortmaßnahmen, Maßnahmen bei plötzlichen Erkrankungen, Herzerkrankungen, Schock, Diabetes, Verbrennungen, Wundversorgungen, Vergiftung, usw.

Wichtige Fragen der überaus interessierten Teilnehmer/Innen, z.B. zum Notruf, oder zum richtigen absichern einer Unfallstelle wurden gleich geklärt.

Alle Teilnehmer/Innen waren der Meinung, dass die Auffrischung und die Stimmung richtig klasse war.

Außerdem ist jedem sehr bewusst geworden, wie wichtig die ersten VIER Minuten nach einem Notfall (z. B. Herzinfarkt) sein können.

Eine Mail, die uns Tage später aus dem Teilnehmer/Innenkreis erreichte begann so: „Erst mal wollte ich noch mal sagen, dass ich den Kurs super gut fand!“

