|  |
| --- |
| Übersicht |
| Ausbildungseinheit:**Thema:****Zeitansatz:****Unterrichtsform:****Hinweis:** | Lebensrettende Sofortmaßnahmen (Erste Hilfe)4 × 45 MinutenPraktische Unterweisung Diese Lehrunterlage für die praktische Unterweisung kann auch abschnittsweise verwendet oder durch Einbeziehung örtlicher Besonderheiten ergänzt werden. |
| **Groblernziel:** | Die Teilnehmer müssen die in der Ersthelferausbildung erworbenen Kenntnisse selbstständig und fachlich richtig anwenden können. |
| **Allgemeines / Einstieg:** | Wesentliche Aufgabe der Einsatzkräfte der Feuerwehren ist neben der Brandbekämpfung und Hilfeleistung die Rettung von Menschen und Tieren. Gemäß der Feuerwehr-Dienstvorschrift 3 (FwDV 3) „Einheiten im Lösch- und Hilfeleistungseinsatz“ ist das Retten das Abwenden einer Gefahr von Menschen oder Tieren durch lebensrettende Sofortmaßnahmen und/oder durch Befreiung aus einer lebens- oder gesundheitsgefährdenden Zwangslage. Zu den lebensrettenden Sofortmaßnahmen, die von den Einsatzkräften geleistet werden müssen, gehört vor allem die selbstständige und fachlich richtige Prüfung und Wiederherstellung der Vitalfunktionen (Bewusstsein, Atmung, und Kreislauf).  |
| **Präsentation:** | --- |
| **Literaturhinweis:** | siehe Anlage |

|  |
| --- |
| **Ausbildungseinheit: 9.1 Vorbereitende Maßnahmen / Planung der Stationsausbildung** |
| **Zeit** |  | **Inhalt in Stichworten** | **Organisation / Hinweise** |
|  |  | **Vorbereitende Maßnahmen**Vor Beginn der praktischen Unterweisung sind zunächst die notwendigen vorbereitende Maßnahmen durchzuführen, die vor allem die Räumlichkeiten und die zu verwendenden Lehrmittel betreffen. |  |
|  |  | **Planung der Stationsausbildung**Die praktische Unterweisung sollte in Rahmen einer Stationsausbildung erfolgen. |  |

**Kommentar:**

**Vorbereitende Maßnahmen**

Vor Beginn der praktischen Unterweisung sind zunächst die notwendigen vorbereitende Maßnahmen durchzuführen, die vor allem die Räumlichkeiten (Unterrichtsraum, Fahrzeughalle, …) und die zu verwendenden Lehrmittel (Wandtafeln, Übungspuppen, …) betreffen und die für einen geordneten Ablauf der praktischen Unterweisung erforderlich sind.

|  |
| --- |
| **Zusatzinformation***Für die praktische Unterweisung sollten geeignete Ausbilder einer Hilfsorganisation oder des örtlich zuständigen Rettungsdienstes hinzugezogen werden. Diese verfügen üblicherweise über die notwendigen Erfahrungen in diesem Themenbereich und haben auch Zugriff auf die für die Unterweisung notwendigen Lehrmittel.* |

**Planung der Stationsausbildung**

Die praktische Unterweisung sollte unter Berücksichtigung feuerwehspezifischer Belange in Form einer Stationsausbildung erfolgen. Die Anzahl der Stationen ist in Abhängigkeit von den örtlichen Gegebenheiten, der Anzahl der Teilnehmer und der Anzahl der Ausbilder festzulegen.

Die lebensrettenden Sofortmaßnahmen als wesentliche Bestandteile der praktischen Unterweisung umfassen vor allem die selbstständige und fachlich richtige Prüfung und Wiederherstellung der Vitalfunktionen (Bewusstsein, Atmung, und Kreislauf) sowie die stabile Seitenlage.

Weitere Festlegungen liegen im Ermessen der jeweiligen Ausbilder, jedoch unter Berücksichtigung der Zielgruppe und der jeweiligen örtlichen Besonderheiten

|  |
| --- |
| **Zusatzinformation***Diese lebensrettenden Sofortmaßnahmen können bei Bedarf durch Maßnahmen zur Erstversorgung, zur Lagerung und zum Transport betroffener Personen ergänzt werden, die den Teilnehmern bereits im Rahmen der Truppmannausbildung Teil 1 vermittelt wurden. Hierfür sind die auf den vor Ort vorhandenen Feuerwehrfahrzeugen mitgeführten Sanitäts- und Wiederbelebungsgeräte zu verwenden.*Weiterhin können die lebensrettenden Sofortmaßnahmen zusätzlich zur praktischen Unterweisung auch in die Einsatzübungen der Ausbildungseinheiten „Löscheinsatz“, „Rettung“ und „Technische Hilfeleistung“ eingebunden werden. |

|  |
| --- |
| **Ausbildungseinheit: 9.2 Begrüßung / Stationsausbildung / Unfallverhütung / Ablauf der praktischen Unterweisung** |
| **Zeit** |  | **Inhalt in Stichworten** | **Organisation / Hinweise** |
| 2 min |  | **Begrüßung** |  |
| 3 min |  | **Stationsausbildung**Die jeweiligen Stationen für die praktische Unterweisung sind vorzustellen und die Teilnehmer in entsprechende Gruppen einzuteilen. |  |
| 2 min |  | **Unfallverhütung**Während der praktischen Unterweisung sind die notwendigen persönlichen Schutzausrüstungen zu tragen. Die Teilnehmer sind auf mögliche Gefahren und auf Schutzmaßnahmen zu Verhütung von Unfällen hinzuweisen. | Art und Umfang der persönlichen Schutzausrüstung festlegen |
| 3 min |  | **Ablauf der praktischen Unterweisung**Die Ausbilder geben Hinweise zu den Maßnahmen, führen gegebenenfalls Handgriffe und Tätigkeiten vor und erklären diese. Die Teilnehmer führen dann diese Tätigkeiten aus.  | Ablauf erläutern |

**Kommentar:**

**Begrüßung**

Im Rahmen der Begrüßung werden organisatorische Hinweise zum grundsätzlichen Ablauf der praktischen Unterweisung, zum erforderlichen Verhalten der Teilnehmer, zum zeitlichen Rahmen, zu Pausen oder ähnlich gegeben.

**Stationsausbildung**

Die für die praktische Unterweisung festgelegten und vorbereiteten Stationen sind den Teilnehmern vorzustellen. Die Teilnehmer sind entsprechend dieser Stationen in möglichst kleine Gruppen (maximal acht Teilnehmer) einzuteilen.

**Unfallverhütung**

Während der praktischen Unterweisung sind sowohl von den Teilnehmern als auch von den Ausbildern die notwendigen persönlichen Schutzausrüstungen zu tragen. Diese sind nach den zu erwartenden Gefährdungen zu bestimmen und zu benutzen. Die persönliche Schutzausrüstung besteht üblicherweise aus

* Feuerwehrschutzkleidung,
* Feuerwehrhelm mit Nackenschutz,
* Feuerwehrschutzhandschuhe
* und Feuerwehrschutzschuhe.

Je nach vorliegender Gefährdung können auch Teile der persönlichen Schutzausrüstung abgelegt werden.

**Ablauf der praktischen Unterweisung**

Die Ausbilder geben allgemeine Hinweise zu den einzelnen Sofortmaßnahmen. Sie führen gegebenenfalls die dabei erforderlichen Handgriffe und Tätigkeiten schrittweise vor und erklären beziehungsweise begründet diese.

Die Teilnehmer führen dann diese Sofortmaßnahmen selbstständig und fachlich richtig, zügig und genau und möglichst auch mehrfach wiederholend aus. Die Ausbilder beobachten, überwachen, ergänzen und berichtigen gegebenenfalls.

|  |
| --- |
| **Zusatzinformation***Grundsätzlich muss davon ausgegangen werden, dass die Teilnehmer die lebensrettenden Sofortmaßnahmen aufgrund der in der Truppmannausbildung Teil 1 erworbenen Kenntnisse selbstständig anwenden können (Lernzielstufe 2).* *Bei der praktischen Unterweisung in Rahmen dieser Ausbildungseinheit geht es nunmehr darum, dass die Teilnehmer befähigt werden, diese Grundtätigkeiten nicht nur selbstständig und fachlich richtig, sondern darüber hinaus auch zügig und genau auszuführen (Lernzielstufe 3).* |

|  |
| --- |
| **Ausbildungseinheit: 9.3 Prüfung der Vitalfunktionen**  |
| **Zeit** | **Lernziele** | **Inhalt in Stichworten** | **Organisation / Hinweise** |
|  | Die Teilnehmer müssen |  |  |
| 30 min | * die Prüfung der Vitalfunktionen beschreiben und selbstständig und fachlich richtig sowie zügig und genau durchführen können.
 | Die Vitalfunktionen einer betroffenen Person werden durch Anschauen, Ansprechen und/oder Anfassen geprüft. |  |

**Kommentar:**

**Prüfung der Vitalfunktionen**

Die Vitalfunktionen einer betroffenen Person, das heißt, das Bewusstsein, die Atmung und der Kreislauf, können durch unterschiedliche Einwirkungen derart gestört werden, dass sich daraus eine unmittelbare Lebensgefahr für die Person ergibt. Beim Auffinden einer hilflosen oder leblosen Person müssen deshalb umgehend deren Vitalfunktionen geprüft werden.

**■ Bewusstsein prüfen**

Das Bewusstsein einer betroffenen Person wird durch genaues Anschauen (Bewegt sich die Person?), lautes und deutliches Ansprechen (Antwortet die Person?) und/oder vorsichtiges Anfassen oder Schütteln an der Schulter (Reagiert die Person?) geprüft.

Wenn die betroffene Person sich bewegt, antwortet und reagiert ist sie üblicherweise bei Bewusstsein und somit sind auch Atmung und Kreislauf vorhanden und der Person kann situationsgerecht geholfen werden.

**■ Atmung prüfen**

Wenn jedoch kein Bewusstsein vorhanden ist beziehungsweise Zweifel bestehen, dass eine normale Atmung vorhanden ist, muss die Atmung der betroffenen Person geprüft werden (maximal 10 Sekunden lang).

Dazu müssen die Atemwege freigemacht, der Kopf vorsichtig in Richtung Nacken geneigt (Überstrecken des Halses) und das Kinn leicht angehoben und vorgezogen werden.

Dann wird geprüft (zum Beispiel in Richtung Brustkorb sehen oder Hand auf die Bauchdecke legen), ob sich Brust und Bauch der betroffenen Person durch Atembewegungen heben und senken oder ob eine Atmung gefühlt oder gehört werden kann, wenn man sich mit der eigenen Wange und dem Ohr dicht an den Mund und die Nase der betroffenen Person annähert.

**Achtung:** Ist keine Atmung erkennbar, muss umgehend mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung begonnen werden.

|  |
| --- |
| **Ausbildungseinheit: 9.4 Wiederherstellung der Vitalfunktionen** |
| **Zeit** | **Lernziele** | **Inhalt in Stichworten** | **Organisation / Hinweise** |
|  | Die Teilnehmer müssen |  |  |
| 100 min | * die Wiederherstellung der Vitalfunktionen beschreiben und selbstständig und fachlich richtig sowie zügig und genau durchführen können.
 | Die Wiederherstellung der Vitalfunktionen ist immer dann notwendig, wenn das Bewusstsein, die Atmung und der Kreislauf einer betroffenen Person ausgefallen sind. Dann muss schnellstmöglich eine Herz-Lungen-Wiederbelebung durchgeführt werden. |  |

**Kommentar:**

**Wiederherstellen der Vitalfunktionen**

Die Wiederherstellung der Vitalfunktionen (Reanimation) ist immer dann notwendig, wenn durch unterschiedliche Einwirkungen, zum Beispiel durch einen Unfall, eine Erkrankung oder eine Verletzung das Bewusstsein, die Atmung und der Kreislauf einer betroffenen Person ausgefallen sind. Dann muss schnellstmöglich gehandelt und eine Herz-Lungen-Wiederbelebung durchgeführt werden, die aus der Herzdruckmassage und der Beatmung besteht.

Die Herzdruckmassage und die Beatmung sind im Wechsel - möglichst durch zwei Einsatzkräfte - so lange durchzuführen, bis der eintreffende Rettungsdienst die Maßnahmen übernimmt beziehungsweise fortführt oder die betroffene Person wieder normal zu atmen beginnt.

**■ Herzdruckmassage**

Die betroffene Person ist auf einer harten Unterlage in Rückenlage zu bringen und deren Oberkörper ist freizumachen.

Die Einsatzkraft kniet seitlich neben und möglichst nahe in Höhe des Brustkorbs der betroffenen Person. Sie legt den Handballen einer Hand auf die Mitte des Brustkorbes (unteres Drittel des Brustbeins) der betroffenen Person, den Handballen der zweiten Hand auf die erste Hand und verschränkt die Finger.

Dann wird mit gestrecktem Arm senkrecht von oben durch Gewichtsverlagerung des eigenen Oberkörpers das Brustbein der Person 5 Zentimeter bis 6 Zentimeter nach unten gedrückt und das Brustbein nach jedem Druck wieder vollständig entlastet.

Diese Herzdruckmassage wird 30-mal (Arbeitstempo: 100-mal bis 120-mal in der Minute) im Wechsel mit der Beatmung durchgeführt.

**■ Beatmung**

Der Kopf der betroffenen Person wird vorsichtig in Richtung Nacken geneigt und dabei gleichzeitig das Kinn angehoben und vorgezogen, um die Atemwege freizumachen.

Dann wird - mit dem Daumen und Zeigefinger der an der Stirn liegenden Hand - die Nase (Mund-zu-Mund-Beatmung) oder - mit dem Daumen der Hand am Kinn - der Mund (Mund-zu-Nase-Beatmung) der betroffenen Person zugehalten und die Person 2-mal beatmet, das heißt, es wird eine Sekunde lang gleichmäßig Luft durch den Mund beziehungsweise die Nase eingeblasen.

Diese Beatmung wird im stetigen Wechsel - möglichst durch zwei Einsatzkräfte - mit der Herzdruckmassage durchgeführt, bis die Atmung der betroffenen Person wieder einsetzt.

|  |
| --- |
| **Ausbildungseinheit: 9.5 Stabile Seitenlage** |
| **Zeit** | **Lernziele** | **Inhalt in Stichworten** | **Organisation / Hinweise** |
|  | Die Teilnehmer müssen |  |  |
| 30 min | * eine Person selbstständig und fachlich richtig sowie zügig und genau in eine stabile Seitenlage bringen können.
 | Bei Bewusstlosigkeit und vorhandener Atmung wird die betroffene Person in eine stabile Seitenlage gebracht. |  |

**Kommentar:**

**Stabile Seitenlage**

Bei Bewusstlosigkeit und vorhandener Atmung wird die betroffene Person in eine stabile Seitenlage gebracht. Ziel dieser Lagerung ist es, dass der Mund der Person zum tiefsten Punkt des Körpers wird, so dass gegebenenfalls Erbrochenes und Blut abfließen kann und nicht in die Atemwege gelangen. Die betroffene Person wird so vor dem Ersticken bewahrt.

|  |
| --- |
| **Zusatzinformation***Die stabile Seitenlage sollte an mehreren Personen mit unterschiedlicher Größe, Statur und Lage geübt werden, auch bei der Lagerung auf einer Krankentrage.*  |

**■ Vorgehensweise**

Die Einsatzkraft kniet dazu seitlich neben der betroffenen Person. Deren Beine werden gestreckt und der nahe Arm angewinkelt nach oben gelegt - die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben.

Die ferne Hand der betroffenen Person wird gefasst, der Arm vor der Brust gekreuzt und die Hand nicht losgelassen. Mit der anderen Hand greift die Einsatzkraft an den fernen Oberschenkel (nicht im Gelenk!) der betroffenen Person und beugt das Bein. Dann wird die Person zu sich herübergezogen.

Das oben liegende Bein wird so ausgerichtet, dass der Oberschenkel etwa im rechten Winkel zur Hüfte liegt. Der Hals der betroffenen Person wird überstreckt und der Mund leicht geöffnet.

Die an der Wange liegende Hand wird so ausgerichtet, dass der Hals überstreckt bleibt.



**■ Abschluss**

Auch in der stabilen Seitenlage muss wiederholt das Bewusstsein, die Atmung und die Lebenszeichen der betroffenen Person geprüft werden. Darüber hinaus ist die Person gegebenenfalls zuzudecken, um sie so vor einer Unterkühlung zu schützen.

|  |
| --- |
| **Ausbildungseinheit: 9.6 Ergänzung der lebensrettenden Sofortmaßnahmen** |
| **Zeit** | **Lernziele** | **Inhalt in Stichworten** | **Organisation / Hinweise** |
|  |  | Die lebensrettenden Sofortmaßnahmen können im Rahmen dieser praktischen Unterweisung bei Bedarf durch Maßnahmen zur Rettung aus Gefahrenzonen, zum Transport mit Rettungsmitteln der Feuerwehr und zur Erstversorgung betroffener Personen ergänzt werden. |  |

**Kommentar:**

**Ergänzung der lebensrettenden Sofortmaßnahmen**

Die lebensrettenden Sofortmaßnahmen können im Rahmen dieser praktischen Unterweisung bei Bedarf durch Maßnahmen zur Rettung aus Gefahrenzonen, zum Transport mit Rettungsmitteln der Feuerwehr und zur Erstversorgung betroffener Personen ergänzt werden, die den Teilnehmern bereits im Rahmen der Truppmannausbildung Teil 1 vermittelt wurden.

Hierfür sind die auf den vor Ort vorhandenen Feuerwehrfahrzeugen mitgeführten Sanitäts- und Wiederbelebungsgeräte zu verwenden.

**■ Rettung aus Gefahrenzonen**

Nachfolgend werden beispielhaft bestimmte Möglichkeiten aufgezeigt, die im Rahmen dieser praktischen Unterweisung angesprochen und gegebenenfalls geübt werden können.

* „Rautek-Griff“
* Tragetuch
* Schleiftechniken

**■ Transport mit Rettungsmittel der Feuerwehr**

Nachfolgend werden beispielhaft bestimmte Möglichkeiten aufgezeigt, die im Rahmen dieser praktischen Unterweisung angesprochen und gegebenenfalls geübt werden können.

* Umlagern oder Überheben von Personen
* Transportieren mit:
* Krankentrage
* Korbtrage
* Schaufeltrage
* Rettungsbrett

**■ Erstversorgung betroffener Personen**

Nachfolgend werden beispielhaft bestimmte Erkrankungen und Verletzungen aufgezeigt, die im Rahmen dieser praktischen Unterweisung angesprochen und deren grundsätzliche erforderlichen Maßnahmen der Erstversorgung gegebenenfalls geübt werden können.

* Blutungen
* Schock
* Knochenbrüche
* Verbrennungen
* Verätzungen
* Vergiftungen
* Hitzeerschöpfung
* Verletzungen nach einem Absturz
* Einwirkungen durch elektrischen Strom

|  |
| --- |
| **Ausbildungseinheit: 9.7 Abschluss**  |
| **Zeit** | **Lernziele** | **Inhalt in Stichworten** | **Organisation / Hinweise** |
| 10 min |  | **Zusammenfassung:**Die Teilnehmer müssen die in der Ersthelferausbildung erworbenen Kenntnisse selbstständig und fachlich richtig anwenden können. |  |
|  | **Erfolgskontrolle*** Prüfung der Vitalfunktionen
* Wiederherstellung der Vitalfunktionen
* Stabile Seitenlage
 |
|  | **Beantwortung von Fragen:**… |

**Literaturhinweise**

Flyer „Erste Hilfe rettet Leben“, Hessische Landesfeuerwehrschule, Kassel

DGUV Information 204-006 „Anleitung zur Ersten Hilfe“, Ausgabe: November 2017, Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V., Berlin

DGUV Information 204-007 „Handbuch zur Ersten Hilfe“, Ausgabe: Januar 2017, Deutsche Gesetzliche Unfallversicherung e.V., Berlin