

Bee-Gees-Song hilft bei Herzdruckmassage

Iron Ladies frischen Erste-Hilfe-Kenntnisse auf / Wiederbelebung mit Übungspuppe Olaf

Offersheim. Bea wurde von einem Golball getroffen und liegt mit großer, blutender Wunde am Kopf auf dem Boden. Sie hat jedoch das Glück, dass Susan und Helga in ihrem Flight sind. Die beiden Colferinnen wissen genau, was zu tun ist und wie sie rasch Erste Hilfe leisten.

Im Notfall ist es gut, wenn man ohne lange zu überlegen handeln kann. Tatsächlich aber vergessen die meisten einen Großteil der notwendigen Maßnahmen und Verhaltensregeln. Deshalb hat der Förderverein Iron Ladies einen eigenen Erste-Hilfe-Kurs beim Roten Kreuz, Ortsverband Offersheim besucht.

Ersthelfer spielen in der Rettungskette eine fundamentale Rolle. Ohne sie könnte die spätere Bergung durch den Rettungsdienst und die ärztliche Versorgung gar nicht stattfinden,

führt Bea aus, die eigentlich Beatrix Görgen heißt und in Wirklichkeit nicht vom Golball getroffen wurde, sondern den Erste-Hilfe-Kurs an diesem Tag leitet. Sie stellt der Gruppe einen weiteren Teilnehmer vor, der bisher recht schweigsam auf seinem Platz saß: Olaf, die Übungspuppe.

Gleich wird Olaf auf dem Boden liegen. Denn die Teilnehmerinnen sollen das Disco-Prinzip und die Herz-Lungen-Wiederbelebung kennenlernen: „Anschauen, ansprechen, anlassen lautet die Regel“. Diese setzt Teilnehmerin Monika um, als sie Olaf auf dem Boden liegen sieht. Sie nähert sich ihm, spricht ihn an, und als Olaf nicht reagiert, rüttelt sie ihn ein wenig an den Schultern. „Er ist nicht ansprechbar. Können Sie bitte einen Notruf absetzen?“, fragt Monika eine andere Kursteilnehmerin.



Die Iron Ladies haben nicht nur die stabile Seitenlage geübt.

Bild: red

Anschließend überstreckt sie Olafs Kopf und überprüft seine Atmung. Nichts regt sich. Also beginnt Monika mit der Herzdruckmassage. 30 Mal drückt sie auf das untere Drittel von

Olafs Brustbein, ungefähr mit einem Takt von 100 Stößen pro Minute.

Wer sich unsicher ist, kann im Kopf auch einfach „Stayin' alive“ von den Bee Gees singen,

der Rhythmus passt ungefähr, erklärt Beatrix Görgen. Nach 30 Stößen hält Monika Olafs Nase zu, achtet darauf, dass sein Kopf immer noch überstreckt ist, damit die Zunge die Atemwege nicht blockiert, und beatmet Olaf durch den Mund.

Es sei empfehlenswert, sein Wissen etwa alle zwei Jahre aufzufrischen, meint Hans Dilger, Vorsitzender des Ortsvereins DRK Offersheim. Dazu bietet das Rote Kreuz aufbauende Erste-Hilfe-Trainings an, die die Inhalte des Erste-Hilfe-Kurses aufgreifen und weitere Themen ergänzen.

Die Colferinnen sind noch am Mittag sehr motiviert bei der Sache und können mittlerweile nicht nur Olaf beatmen, sondern auch den automatischen Defibrillator bedienen und Verbände anlegen. Die frisch verarztete Bea freut es,

red