



# Lerninsel 2: Keine Atmung

oder: Die Herz-Lungen-Wiederbelebung





## Sehen

Jürgen Schäfer kommt in das Büro der Spedition. Da sieht er den Kollegen Karl aus der Verwaltung mit dem Oberkörper schlaff auf dem Schreibtisch liegen. Auf den ersten Blick sieht er: Er ist zusammengesackt und regungslos. Die Hautfarbe wirkt nicht normal, eher grau.



## Schützen

Da Jürgen keine Gefahren im Umfeld erkennt, geht er sofort zu seinem Kollegen. Beim Ansprechen und Anfassen an den Schultern reagiert dieser nicht.



## Retten

Damit er nicht vom Stuhl stürzt und sich dadurch stärker verletzen könnte, „rettet“ Jürgen ihn auf den Boden. Das macht er mit dem **Rautek-Rettungsgriff**. Dort kann er an Karl auch ungehindert die Erste Hilfe durchführen.



## Prüfen

Nun **überprüft er die lebenswichtigen Funktionen des Betroffenen**:

Er spricht Karl nochmals an und rüttelt ihn leicht an der Schulter.

Karl wacht nicht auf. Dann kontrolliert Jürgen die Atmung durch Sehen, Hören und Fühlen. Es ist **keine Atmung vorhanden**.



## Notruf

Jetzt ist ein schneller Notruf wichtig. Er ruft die Kollegin aus dem Nachbarbüro herbei. Diese übernimmt die Aufgabe, die **112** anzurufen. Außerdem kündigt sie an, vom Flur den automatisierten externen Defibrillator (AED) zu holen. Währenddessen bereitet Jürgen alles für die nachfolgende Erste-Hilfe-Maßnahme, die Herz-Lungen-Wiederbelebung, vor.



## Helfen

Schnell öffnet er dazu die Kleidung und macht den Oberkörper seines Kollegen frei. Anschließend drückt er **30-mal** mit übereinandergelegten Händen kräftig auf dessen Brustkorb, ungefähr **2-mal pro Sekunde** und **6 Zentimeter** tief. Dabei achtet er trotz aller Bedenken darauf, dass er gegen den Widerstand des Brustkorbs wirklich tief genug drückt.

Anschließend **beatmet** er Karl **2-mal**. Dazu schließt er seine Nase mit zwei Fingern und beatmet ihn von Mund zu Mund.

So geht es **immer im Wechsel weiter: 30-mal drücken, 2-mal beatmen**.

Mittlerweile ist die Kollegin mit dem **AED** zur Stelle. Schnell ist dieser angeschaltet und erteilt den beiden alle weiteren Anweisungen. Nach einem Elektroschock des AED geht es weiter mit dem Drücken und Beatmen.



## ... und noch das PAKET

Dann überlegt Jürgen, ob im Moment noch etwas aus dem **PAKET** fehlt: Das ist nicht der Fall, deshalb setzen die beiden die Herz-Lungen-Wiederbelebung fort, bis der Rettungsdienst eintrifft.



Bei dem Leitsymptom „Keine Atmung“ sind die beiden lebenswichtigen Funktionen Atmung und Herz-Kreislauf ausgefallen.

### Die Ursachen dafür können sein:

- Ein Herzinfarkt oder eine andere schwerwiegende Störung im Herz-Kreislauf-System, zum Beispiel eine Lungenembolie, Herzrhythmusstörungen oder ein Schock
- Eine schwerwiegende Störung der Atmung, zum Beispiel durch Fremdkörper in den Atemwegen oder einen Asthmaanfall mit folgendem anaphylaktischem (allergischem) Schock
- Eine schwerwiegende Stoffwechselstörung, zum Beispiel Unterzuckerung bei Diabetes



### Das erkennen Sie:

- Der Betroffene ist nicht erweckbar.
  - Er atmet nicht (normal).
- Also hat er **keine Atmung**.



### So helfen Sie:

Mit dem Maßnahmenpaket „Keine Atmung“:

- Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)
- Ggf. mit Einsatz eines schnell griffbereiten automatisierten externen Defibrillators (AED)
- Das **PAKET**



# Wie geht das genau?



## Helfen: Herz-Lungen-Wiederbelebung



So führen Sie die Herz-Lungen-Wiederbelebung durch:



### So drücken Sie auf die Brust:

- Der Betroffene liegt mit dem Rücken auf einem festen Untergrund.
- Knien Sie sich neben ihn.
- Entfernen Sie seine Kleidung an der Brust.
- Legen Sie eine Hand auf die Mitte der Brust.
- Legen Sie Ihre zweite Hand auf die erste Hand.
- Strecken Sie Ihre Arme.
- Drücken Sie ungefähr 5 bis 6 Zentimeter tief und ziemlich schnell – etwa 100- bis 120-mal pro Minute.
- Zählen Sie beim Drücken bis 30.



## So beatmen Sie:

- Überstrecken Sie den Kopf des Betroffenen.
- Halten Sie seine Nase zu.
- Beatmen Sie zweimal von Mund zu Mund.
- Zählen Sie beim Beatmen bis 2.
- Beginnen Sie wieder mit dem Drücken der Brust.
- Hören Sie mit dem Drücken und Beatmen nicht auf, bis Sie vom Rettungsdienst abgelöst werden. Sie können sich aber mit einem zweiten Helfer abwechseln.
- Oder: Wenn der Betroffene wieder atmet, hören Sie mit dem Drücken und Beatmen auf. Dann müssen Sie ihn in die stabile Seitenlage legen und weiter betreuen.



**TIPP!** Es sollen **immer nur zwei Beatmungsversuche** durchgeführt werden, bevor die Brustkorbkompressionen fortgesetzt werden.

Ist eine **Mund-zu-Mund-Beatmung** aufgrund von Verletzungen nicht möglich, kann alternativ auch eine **Mund-zu-Nase-Beatmung** angewendet werden. Dafür müssen Sie mit einer Hand den Mund schließen und mit Ihren Lippen die Nase des Verletzten umschließen.

Jetzt Video zur  
Wiederbelebung  
anschauen:



## Automatisierter externer Defibrillator (AED)



### So setzen Sie den AED ein:

- Schalten Sie den Defibrillator an.
- Der Defibrillator spricht dann zu Ihnen.
- Hören Sie zu und tun Sie, was der Defibrillator sagt.
- Zum Beispiel: „Ruhig bleiben.“ – „Diese Anweisungen befolgen.“ – „Sofort 112 anrufen.“ – „Oberkörper des Patienten freimachen. Kleidung entfernen oder wegschneiden.“ – „Die Elektroden wie abgebildet auf den Oberkörper des Patienten kleben.“
- „Analyse läuft“: In dieser Zeit prüft der AED, ob das Herz normal aktiv ist oder eine Störung hat. – „Schock wird ausgelöst.“ – „Patienten nicht berühren.“ Bei „3, 2, 1 ...“ Herz-Lungen-Wiederbelebung starten.
- Nach zwei Minuten prüft das Gerät erneut und gibt weitere Anweisungen.

### INFO! Automatisierter externer Defibrillator (AED)

Bei einem plötzlichen Herzversagen tritt meistens das sogenannte Herzkammerflimmern auf. Dieses kann durch einen Stromstoß aus einem Defibrillator (AED-Gerät) unterbrochen werden, damit das Herz anschließend wieder in seinem normalen, eigenen Rhythmus schlägt.

Die vollautomatischen Geräte – „automatisierte externe Defibrillatoren (AED)“ – sind sehr einfach durch Ersthelfer zu bedienen. Mittlerweile begegnet man ihnen vielerorts in Betrieben oder an öffentlichen Plätzen und Gebäuden (Flughäfen, U-Bahn-Stationen u. Ä.).

Diese Maßnahme ist eine wertvolle Ergänzung zur Herz-Lungen-Wiederbelebung durch Ersthelfende. Sie ersetzt diese allerdings nicht. Deshalb muss die Herz-Lungen-Wiederbelebung auch nach Abgabe eines Schocks unbedingt fortgesetzt werden.

Jetzt Video zur  
AED-Nutzung  
anschauen:

