

# Löwen retten Leben – Wiederbeleben macht weiter Schule

Erneute Schulung der Klassen 7, 8 und 9 durch den **SSD**

Der **SSD** der GMRS führte wieder eine Schulung zur Herzdruckmassage durch.



Leider sterben in Deutschland rund 100.000 Menschen an einem plötzlichen Herztod. Dieser kann jeden treffen, egal ob jung oder alt.

Mit der Aktion *Löwen retten Leben* möchten wir Ersthelfer dazu ermutigen, bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes eine Herzdruckmassage durchzuführen, um die Überlebenschance deutlich zu erhöhen.

Auch in diesem Schuljahr hat der **SSD** mit Frau Küsters alle **siebten, achten und neunten Klassen der GMRS** in der vorletzten Schulwoche geschult und sie sollten selbst drücken, um ein Gespür für diese so wichtige Maßnahme zu bekommen, bzw. bereits Gelerntes zu wiederholen.

Im Grunde ist es ganz einfach, denn man muss nur  
**PRÜFEN - RUFEN – DRÜCKEN**

Doch der Reihe nach: Wann braucht man eine Herzdruckmassage und was macht man?

## 1. Prüfen

- Der Patient muss bewusstlos sein. (laut Ansprechen, leichtes Schütteln der Schultern)
- Außerdem hat er keine Atmung mehr (mind. 10 Sekunden mit überstreckten Kopf kontrollieren: Atmung hören / Brustkorb / Bauchdecke beobachten)

## 2. Rufen

- Gut ist, wenn man schon vorher um Hilfe gerufen hat, um nicht allein in der Situation zu sein.
- Der Notruf ist ein Muss. (Wo, Was, Wie viele, Welche Verletzungen, Warten auf Rückfragen. Die Leitstelle bleibt sogar in der Leitung und unterstützt den Ersthelfer, wenn dieser unsicher ist.)

## 3. Drücken

- Den Druckpunkt auf dem Brustbein suchen (am Rippenbogenende circa 3 Finger breit nach oben)
- Circa 5-6 cm tief drücken
- 100-120mal pro Minute
- Mit durchgestreckten Armen
- Drücken bis der Rettungsdienst den Helfer ablöst – NICHT unterbrechen, sondern durch anderen Helfer weitermachen lassen.

Und warum ist so wichtig, dass wir drücken/weiterdrücken? Weil dann das Blut zum Gehirn gepumpt werden kann und dort den wichtigen Sauerstoff abgibt, den man dort braucht.

**Wir brauchen also nur unsere Hände und ein Telefon.**

Es ist also sehr einfach und damit wir das nicht vergessen, ist es gut, dass man dies wiederholt.

Danke an die **SSD**ler, die das Training in den Klassen unterstützt haben.

S. Küsters