Keine Angst vorm Helfen

Lebensrettung Kirchheimer Schülerinnen und Schüler lernen, wie sie im medizinischen Ernstfall richtig handeln und Erste Hilfe leisten.

Was mache ich, wenn jemand bewusstlos vor mir liegt? Im Rahmen der bundesweiten „Woche der Wiederbelebung“ bringen die Medius-Kliniken gemeinsam mit dem DRK jungen Schülerinnen und Schülern bei, was im medizinischen Notfall wirklich zählt: Ruhe bewahren, Hilfe holen und handeln.

Dafür haben sich fünf Klassenzimmer am Schlossgymnasium in Kirchheim für einige Stunden in eine kleine Notfallstation verwandelt. Die Schülerinnen und Schüler durchlaufen fünf verschiedene Stationen und dürfen dabei alles selbst ausprobieren. An einer Station liegt eine Reanimationspuppe auf dem Boden: Hier gilt es, Hände auflegen, Arme durchstrecken und kräftig drücken. Bei der Herzdruckmassage kommt es vor allem auf den richtigen Rhythmus und ausreichend Druck an. Als Orientierung hilft bekanntlich ein Klassiker der Musikgeschichte: „Stayin' Alive“ von den Bee Gees. Der Rhythmus des Songs entspricht ungefähr der empfohlenen Frequenz von 100 bis 120 Kompressionen pro Minute.

Auch der Defibrillator, kurz AED, verliert seinen Schrecken. Das Gerät führt Ersthelfer Schritt für Schritt durch die Anwendung und gibt vor, wann ein Schock erforderlich ist. „Man muss eigentlich nur zuhören und den Anweisungen des Geräts folgen“, erklärt Nina Heckel vom DRK.

Was bei Bewusstlosigkeit zu tun ist, lernen die Jugendlichen an einer weiteren Station. Wann kommt die stabile Seitenlage zum Einsatz? Woran erkennt man, ob eine Person noch normal atmet? „Ihr müsst nicht alles perfekt machen. Entscheidend ist, dass ihr nicht einfach weggeht, sondern Hilfe holt und etwas tut“, sagt Michaela Laps von den Medius-Kliniken.



Aus Klassenzimmern wurden Notfallstationen. *Foto: Medius Kliniken*

An der Station „Stürze und Verbände“ üben die Jugendlichen, wie Wunden versorgt werden und was beispielsweise bei einer starken Blutung zu tun ist. Auch der Druckverband gehört dazu. Die Botschaft ist klar: Ein Erste-Hilfe-Kasten allein hilft noch niemandem – man muss auch wissen, was man mit seinem Inhalt anfangen kann.

Dass ein medizinischer Notfall nicht immer spektakulär aussehen muss, zeigt die Station zu allergischen Reaktionen. Die Schülerinnen und Schüler dürfen den Umgang mit einem „EpiPen“, einem medizinischen Autoinjektor zur Notfallbehandlung von lebensbedrohlichen allergischen Reaktionen, ausprobieren. „Gerade bei einem EpiPen ist es wichtig, keine Angst vor der Anwendung zu haben. Wenn eine schwere allergische Reaktion vorliegt, kann jede Minute zählen“, erklärt Cristina Azevedo Pereira.

Bei der fünften Station geht es um Erkrankungen, mit denen die Jugendlichen vielleicht schon selbst Erfahrungen gemacht haben oder die ihnen im Alltag begegnen können. Wie verhält man sich, wenn jemand eine Panikattacke, einen Herzinfarkt oder einen epileptischen Anfall bekommt? Und wann muss der Rettungsdienst über die 112 gerufen werden?

„Wir möchten den Schülerinnen und Schülern vor allem die Angst nehmen, etwas falsch zu machen“, fasst Notarzt Mario Ziebell vom Klinikverbund zusammen. „Wenn ein Mensch bewusstlos ist und nicht mehr normal atmet, ist Nichtstun die schlechteste Option. Jeder kann die 112 wählen und mit der Herzdruckmassage beginnen.“ *pm*