

BLS 2021 5 KERNAUSSAGEN



1. PRÜFEN

2. RUFEN: ALARMIEREN SIE DEN RETTUNGSDIENST

3. DRÜCKEN: BEGINNEN SIE MIT THORAKKOMPRESSSIONEN

4. LASSEN SIE EINEN AED HOLEN

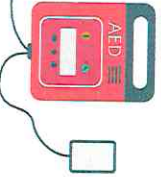
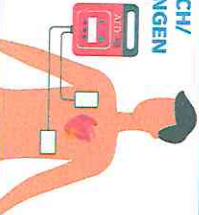
5. LERNEN SIE WIE EINE WIEDERBELEBUNG DURCHGEFÜHRT WERDEN MUSS

Abbildung 5 Kernaussagen Basismaßnahmen zur Wiederbelebung Erwachsener

BASISMASSNAHMEN STEP-BY-STEP

HANDLUNGSABFOLGE		MASSNAHMEN
SICHERHEIT		Sorgen Sie für die Sicherheit von Helfern und Patienten
REAKTION Überprüfen Sie die Ansprechbarkeit		Schütteln Sie die Person sanft an der Schultern und fragen Sie „Ist Alles in Ordnung“
ATEMWEG Öffnen der Atemwege		- Erfolgt keine Reaktion, legen Sie die Person auf den Rücken - Ziehen Sie mit einer Hand auf der Stirn und mit den Fingerspitzen der anderen Hand an der Kinnspitze sanft den Kopf nachentwärts um die Atemwege zu öffnen
ATMUNG Sehen, Hören, Fühlen		- Kontrollieren Sie die Atmung durch Sehen, Hören und Fühlen nicht länger als 10 Sekunden - Während der ersten Minuten nach einem Kreislaufstillstand ist es möglich, dass ein Patient kaum atmet oder nur verzierte grauschwache Atemzüge macht - dies ist keine normale Atmung
FEHLENDE ODER NICHT NORMALE ATMUNG Alarmieren Sie den Rettungsdienst		- Reagiert der Patient nicht oder atmet er nicht normal alarmieren Sie den Rettungsdienst oder beauftragen Sie einen Helfer - Verlassen Sie den Patienten nur wenn es keine andere Möglichkeit gibt - Aktivieren Sie die Lautsprecherfunktion Ihres Telefons, damit Sie während der Wiederbelebung mit dem Leitstellendisponenten sprechen und seine Anweisungen folgen können
AED HOLEN LASSEN Send someone to get an AED		- Schicken Sie jemanden los einen AED zu holen - Sind Sie allein, verlassen Sie den Patienten nicht und beginnen Sie mit der Wiederbelebung
KREISLAUF Beginnen Sie mit Thoraxkompressionen		- Knieen Sie neben den Patienten - Legen Sie den Ballen einer Hand auf die Mitte der Brust (entspricht der unteren Hälfte des Brustbeins [Sternum]) - Legen Sie den Ballen der anderen Hand auf die erste Hand und verschränken Sie die Finger - Halten Sie die Arme gerade - Bringen Sie Ihre Schultern senkrecht über den Brustkorb und drücken Sie das Brustbein mindestens 5 cm (jedoch nicht mehr als 6 cm) nach unten - Entlasten Sie nach jeder Kompression vollständig den Brustkorb, ohne den Kontakt zwischen den Händen und dem Brustkorb zu verlieren - Wiederholen Sie dies mit einer Frequenz von 100-120 pro Minute

BASISSMASSNAHMEN STEP-BY-STEP

HANDLUNGSABFOLGE	MASSNAHMEN
KOMBINIEREN SIE THORAXKOMPRESSIONEN UND BEATMUNG 	- Falls Sie trainiert sind, machen Sie nach 30 Kompressionen die Atemwege durch Überstrecken des Halses und Anheben des Kinns wieder frei - Lassen Sie den Mund sich öffnen, aber heben Sie weiterhin das Kinn an - Atmen Sie normal ein und legen Sie Ihre Lippen um den Mund des Patienten und achten Sie auf eine gute Abdichtung - Blasen Sie gleichmäßig in den Mund, während Sie beobachten, dass sich der Brustkorb wie bei einer normalen Atmung in rund 1 s hebt; das ist eine effektive Beatmung - Nehmen Sie Ihren Mund von dem des Patienten während Sie den Hals übersteckt und das Kinn angehoben halten, und beobachten Sie, wie der Brustkorb sich beim Entweichen der Luft senkt - Atmen Sie erneut normal ein und blasen Sie noch einmal in den Mund des Patienten, um insgesamt 2 effektive Beatmungen zu erzielen - Unterbrechen Sie für 2 Beatmungen die Kompressionen nicht für mehr als 10 s, auch wenn eine der Beatmungen ineffektiv erscheint - Legen Sie dann Ihre Hände erneut auf die richtige Stelle auf dem Brustbein und führen Sie weitere 30 Thoraxkompressionen durch - Fahren Sie mit Thoraxkompressionen und Beatmungen im Verhältnis 30:2 fort
COMPRESSION-ONLY CPR 	- Falls Sie nicht trainiert sind oder nicht im Stande zu beatmen fühlen Sie (nur) die Thoraxkompressionen fort - Kontinuierliche Thoraxkompressionen mit einer Frequenz von 100–120 pro Minute
WENN DER AED VERFÜGBAR IST Schalten Sie den AED ein Und kleben Sie die Elektroden auf 	Sobald ein AED verfügbar ist, schalten Sie ihn ein und kleben die selbstklebenden Elektroden auf die nackte Brust des Patienten
FOLGEN SIE DEN SPRACH-/ BILDSCHIRMANWEISUNGEN 	- Folgen Sie den Sprachanweisungen des AED - Stellen Sie sicher, dass niemand den Patienten berührt wenn ein Schock empfohlen wird - Drücken Sie den Auslöseknopf, wenn Sie dazu aufgefordert werden - Starten Sie unverzüglich erneut mit der Wiederbelebung und folgen Sie weiter den Sprachanweisungen des Gerätes

BASISSMASSNAHMEN STEP-BY-STEP

SEQUENCE/ACTION	TECHNICAL DESCRIPTION
WENN KEIN SCHOCK EMPFOHLEN WIRD Führen Sie die Wiederbelebung fort 	Nehmen Sie unverzüglich die Wiederbelebung wieder auf und folgen Sie den Sprachanweisungen des Gerätes
IST KEIN AED VERFÜGBAR Führen Sie die Wiederbelebung fort 	- Ist kein AED verfügbar oder - Sie warten darauf, dass dieser gebracht wird, so fahren Sie mit der Wiederbelebung fort - Unterbrechen Sie die Maßnahmen nicht bis: - Ein professioneller Helfer Sie anweist, aufzuhören - Oder - der Patient wirklich aufwacht, sich bewegt, die Augen öffnet und normal zu atmen beginnt - Oder - Sie erschöpft sind - Es ist selten, dass durch Wiederbelebung allein wieder ein Kreislauf erreicht wird. Wenn Sie nicht wirklich sicher sind, fahren Sie mit der Wiederbelebung fort bis der Patient Zeichen der Erholung zeigt: - Er wacht auf - Er öffnet die Augen - Er atmet normal
WENN DER PATIENT NICHT REAGIERT ABER NORMAL ATMET Seitenlage wenn nicht ansprechbar aber normal atmend 	- Wenn Sie sicher sind, dass der Patient normal atmet, aber nicht reagiert, drehen Sie ihn in die Seitenlage (Erste Hilfe Kapitel) - Seien Sie bereit sofort wieder mit der Wiederbelebung zu beginnen, wenn sich der Zustand des Patienten wieder verschlechtert (fehlende oder nicht normale Atmung)

Abbildung 7 Basismaßnahmen Step-by-step