

LEBENSRETTENDE BASISMASSNAHMEN (BLS) BEI ERWACHSENEN - SCHRITT FÜR SCHRITT

Reihenfolge	Maßnahmen
SICHERHEIT 	<ul style="list-style-type: none"> Sorgen Sie für die Sicherheit von Patient und Helfern
REAKTION Prüfen der Reaktion 	<ul style="list-style-type: none"> Rütteln Sie die Person sanft an den Schultern und fragen Sie laut: <i>„Geht es Ihnen gut?“</i>
RETTUNGSDIENST / REANIMATIONS-TEAM ALARMIEREN 	<ul style="list-style-type: none"> Wenn die Person nicht reagiert, bitten Sie einen Helfer den Rettungsdienst zu rufen, oder rufen Sie ihn selbst an Bleiben Sie möglichst beim Patienten Aktivieren Sie den Lautsprecher/die Freisprechfunktion Ihres Telefons, damit Sie mit der Wiederbelebung beginnen können, während Sie mit dem Leitstellen-Disponenten sprechen
ATEMWEG Atemwege öffnen 	<ul style="list-style-type: none"> Zeigt die Person keine Reaktion, legen Sie sie auf den Rücken Ziehen Sie mit einer Hand auf der Stirn und den Fingerspitzen der anderen Hand unter dem Kinn sanft den Kopf nackenwärts; heben Sie dabei das Kinn an, um die Atemwege zu öffnen
ATMUNG Sehen, hören und fühlen Sie nach der Atmung 	<ul style="list-style-type: none"> Kontrollieren Sie die Atmung durch sehen, hören und fühlen nicht länger als 10 Sekunden Ein Betroffener, der kaum atmet oder seltene, langsame und geräuschvolle Schnappatmung hat, atmet nicht normal
AED HOLEN Schicken Sie jemanden, um einen AED zu holen 	<ul style="list-style-type: none"> Schicken Sie jemanden los, wenn möglich einen AED zu holen Sind Sie alleine, holen Sie einen AED nur, wenn Sie ihn innerhalb einer Minute holen und anlegen können; andernfalls beginnen Sie sofort mit der Wiederbelebung
KREISLAUF Beginnen Sie mit Thoraxkompressionen 	<ul style="list-style-type: none"> Knien Sie sich neben die Person Legen Sie den Handballen einer Hand auf die Mitte des Brustkorbs – das ist die untere Hälfte des Brustbeins (Sternum) der Person Legen Sie den Ballen Ihrer anderen Hand auf die erste Hand und verschränken Sie Ihre Finger Halten Sie Ihre Arme gestreckt Positionieren Sie Ihre Schultern senkrecht über dem Brustkorb der Person und drücken Sie das Brustbein mindestens 5 cm (max. 6 cm) nach unten Entlasten Sie nach jeder Kompression den Brustkorb komplett, ohne den Kontakt zwischen Ihrer Hand und dem Brustkorb zu verlieren Wiederholen Sie das mit einer Frequenz von 100-120/min
NUR HERZDRUCKMASSAGE 	<ul style="list-style-type: none"> Wenn Sie ungeübt sind oder keine Beatmung durchführen können, führen Sie die Herzdruckmassage ohne Beatmung fort (kontinuierliche Kompressionen mit einer Frequenz von 100-120/min)

KOMBINATION AUS BEATMUNG UND THORAXKOMPRESSIONEN



- Wenn Sie darin ausgebildet sind, öffnen Sie nach 30 Kompressionen die Atemwege erneut, indem Sie den Kopf nach hinten neigen und das Kinn anheben
- Verschließen Sie die Nase mit Daumen und Zeigefinger Ihrer Hand, die auf der Stirn liegt
- Lassen Sie den Mund sich öffnen aber heben Sie weiterhin das Kinn an
- Atmen Sie normal ein, legen Sie Ihre Lippen um den Mund der Person und achten Sie auf eine gute Abdichtung
- Blasen Sie gleichmäßig in den Mund, und beobachten dabei, dass sich der Brustkorb wie bei der normaler Atmung in rund 1 s hebt; das ist eine effektive Beatmung
- Während Sie den Hals überstreckt und das Kinn angehoben halten, nehmen Sie Ihren Mund von dem der Person und beobachten Sie, wie sich der Brustkorb senkt, wenn die Luft entweicht
- Atmen Sie erneut normal ein und blasen Sie noch einmal in den Mund der Person, um insgesamt 2 effektive Beatmungen zu erzielen
- Unterbrechen Sie für 2 Beatmungen die Kompressionen nicht länger als 10 Sekunden, auch wenn eine oder beide Beatmungen ineffektiv sind
- Legen Sie dann Ihre Hände unverzüglich wieder in die richtige Position auf dem Brustkorb und führen Sie weitere 30 Thoraxkompressionen durch
- Fahren Sie mit Thoraxkompressionen und Beatmungen im Verhältnis 30:2 fort

WENN DER AED EINTRIFFT

Schalten Sie den AED ein und befestigen Sie die Elektrodenpads



- Sobald der AED eintrifft, schalten Sie ihn ein und kleben die Elektrodenpads auf den nackten Brustkorb der Person
- Wenn mehr als ein Helfer anwesend ist, soll die Wiederbelebung fortgesetzt werden, während die Elektrodenpads auf den Brustkorb geklebt werden

BEFOLGEN SIE DIE GESPROCHENEN / VISUELLEN ANWEISUNGEN

- Befolgen Sie die gesprochenen und visuellen Anweisungen des AED
- Wenn ein Schock empfohlen wird, stellen Sie sicher, dass weder Sie noch jemand anderes die Person berührt
- Drücken Sie die Schocktaste wie angewiesen
- Führen Sie dann **sofort** die Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW) wieder fort, wie vom AED angewiesen

WENN KEIN SCHOCK EMPFOHLEN WIRD HLW fortsetzen



- Wenn kein Schock empfohlen wird, setzen Sie sofort die HLW wie vom AED angewiesen wieder fort

WENN KEIN AED VERFÜGBAR IST HLW fortsetzen



- Wenn kein AED verfügbar ist, **oder** während Sie auf dessen Eintreffen warten, setzen Sie die HLW fort
- Unterbrechen Sie die Wiederbelebung nicht, bis:
 - Eine medizinische Fachkraft Sie auffordert aufzuhören ODER
 - Die Person definitiv aufwacht, sich bewegt, die Augen öffnet und normal atmet ODER
 - Sie erschöpft sind
- Es ist selten, dass die HLW allein das Herz wieder zum Schlagen bringt. Sofern Sie nicht sicher sind, dass sich die Person erholt hat, setzen Sie die HLW fort
- Anzeichen dafür, dass sich die Person erholt hat:
 - Aufwachen
 - Bewegung
 - Augen öffnen
 - Normale Atmung