



Einen Erste-Hilfe-Kurs des DRK Fröndenberg gab es vor Ort lange nicht. Jetzt wird die kurze Ausbildung, die man zum Beispiel für den Führerschein braucht,

wieder angeboten. Ausbilder Ralf Quietzsch (r.) erklärt vieles rund um die Erstversorgung verletzter Personen – zum Beispiel die Helmabnahme. FOTOS: DRAWE

# Herzdruckmassage am Dummy

Der DRK Ortsverein Fröndenberg bietet nach langer Zeit wieder Erste-Hilfe-Kurse an

Von Nadine Przystow

Fröndenberg. Mehr als zehn Jahre lang hatte es in Fröndenberg keinen Erste-Hilfe-Kurs gegeben. Mit Ralf Quietzsch hat der hiesige Ortsverein des Deutschen Roten Kreuzes nun wieder einen Ausbilder. Am Samstag gab er seinen ersten Kurs.

Dass für das lokale Angebot auch wirklich Interesse besteht, bewiesen die insgesamt 18 Teilnehmer, die sich in der Vereinsstätte am Harthaer Platz eingefunden hatten. Ihre

Motivationen waren ganz unterschiedlich: Führerscheinanwärter wie der 16-jährige Lukas Schütz waren ebenso vertreten wie erfahrene Autofahrer, die ihr Wissen privat auffrischen wollten oder es beruflich mussten.

Führerschein und Erste-Hilfe-Kurs liegen bei Bernd und Ulrike Slapka mittlerweile 35 Jahre zurück: „Damals gab es noch keine Herzdruckmassage, geschweige denn einen Defibrillator. Man konnte Mund-zu-Mund-Beatmung machen und ansonsten war

beten angesagt“, erzählt Bernd Slapka.

Doch bevor es an den Dummy ging, sollte die Gruppe in einem kleinen Rollenspiel zunächst die Scheu verlieren, hilfsbedürftige Personen anzusprechen und zu betreuen. „Es muss ja nicht immer unbedingt eine Verletzung sein. Oft ist jemandem einfach nur schwindelig und dann geht es darum, dass sich derjenige nicht alleine fühlt“, erklärt Ralf Quietzsch.

Anschließend legten sich die Teilnehmer gegenseitig Druckverbände an und brachten sich in die stabile Seitenlage. Ist hingegen kein Puls mehr zu fühlen, müssen Wiederbelebungsmaßnahmen ergriffen werden. Eine davon ist die Herzdruckmassage, die am besagten Dummy durchgeführt wurde.

„Man hat das ja alles schon mal gesehen, aber es jetzt selbst zu machen und zu erfahren, welche Kraft dahinter steckt, gibt einem definitiv ein sichereres Gefühl“, sagt Romina Kottenkamp (23), die nach den Sommerferien eine Ausbildung im Sozialen Dienst beginnen wird.

Im zweiten Teil wurde das Vorgehen bei bestimmten Krankheitsbildern besprochen. Beispielsweise sollte ein

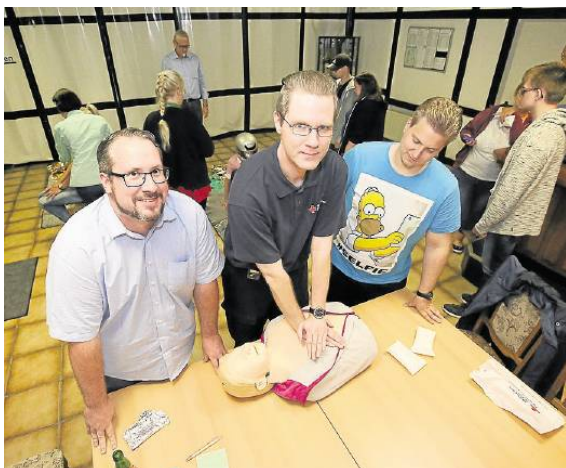
Herzinfarkt-Patient nicht die Beine hochlegen, da das Herz durch das hochschießende Blut nur noch mehr belastet wird. Besser ist es, den Oberkörper zu erhöhen, damit sich der Druck auf die Brust verringert.

Natürlich sollte aber immer so schnell wie möglich der Krankenwagen gerufen werden. Vor allem bei einem Schlaganfall zählt jede Minute: „Je schneller der Betroffene ins Krankenhaus kommt, desto besser sind die Genesungschancen“, weiß Ralf

Quietzsch.

Er selbst hat noch nie erlebt, dass jemand im Notfall gar nichts tun konnte und sei es eben zumindest einen Notruf abzusetzen. Zwar hält er verpflichtende regelmäßige Auffrischungen der Ersten Hilfe für wünschenswert, zweifelt aber an der konsequenten Umsetzung aufgrund der Kontrolle, die dann gewährleistet sein müsste.

Bei den Kursteilnehmern ist das Wissen nun ganz frisch, doch sie alle hoffen, es niemals anwenden zu müssen.



Eine der wichtigsten Fähigkeiten: Ausbilder Ralf Quietzsch (Mitte) zeigt, wie die Reanimation funktioniert.



Auch einen Druckverband anlegen, will geübt sein. Ausbilder Ralf Quietzsch erklärt die Handgriffe.