

## Stabilen Seitenlage

Bei Bewusstlosigkeit liegt eine Störung der vitalen Funktion vor. Dadurch entstehen Gefahren für den Betroffenen:

- **Anatmen von Fremdkörpern**
- **Atemstillstand** als Folge der Anatmung von Fremdkörpern, oder als Folge einer Schädelverletzung  
Das Anatmen von Fremdkörpern in die Atemwege ist eine Gefahr bei fehlenden Schutzreflexen. Schutzreflexe bewirken z.B. den unwillkürlichen Husten beim Verschlucken. Mit zunehmender Bewusstlosigkeit verschwinden diese Reflexe, so dass z.B. Speisereste im Mundraum, Mageninhalt beim Erbrechen, Blut bei Mundblutungen oder Nasenbluten in die Atemwege gelangen können, und nicht von dort weggehustet werden.

Bei **Bewusstlosigkeit** und **ausreichender Atmung** wird der Betroffene in die stabile Seitenlage gebracht. Ziel dieser Lagerung ist, dass der Mund des Betroffenen zum tiefsten Punkt des Körpers wird, so dass Erbrochenes und Blut abfließen kann und nicht in die Atemwege gelangen.



## Durchführung der Stablen Seitenlage



### Schritt 1

Seitlich neben dem Betroffenen knien. Beine des Betroffenen strecken. Den nahen Arm des Bewusstlosen angewinkelt nach oben legen, die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben.

### Schritt 2

Fernen Arm des Betroffenen am Handgelenk greifen.  
Arm vor der Brust kreuzen, die Handoberfläche des Betroffenen an dessen Wange legen.  
Hand nicht loslassen.

### Schritt 3

An den fernen Oberschenkel greifen und Bein des Betroffenen beugen.

### Schritt 4

Den Betroffenen zu sich herüberziehen.  
Das oben liegende Bein so ausrichten, dass der Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte liegt.



### Schritt 5

Hals überstrecken, damit die Atemwege frei werden.  
Mund des Betroffenen leicht öffnen.  
Die an der Wange liegende Hand so ausrichten, dass der Hals überstreckt bleibt.

### **Auch in der stabilen Seitenlage müssen Sie immer wieder**

- Bewusstsein
- Atmung
- Lebenszeichen

des Betroffenen kontrollieren.

Achten Sie darauf, dass der Mund des Betroffenen als tiefster Punkt des Körpers erhalten und dass sein Kopf nackenwärts gebeugt bleibt.