

Herz-Lungen-Wiederbelebung

Bei bewusstlosen Personen besteht immer die Gefahr eines Kreislaufstillstandes. Deshalb muss schnellstmöglich gehandelt werden.

Erkennen:

- Keine Reaktion auf Ansprache und Anfassen (vorsichtiges Rütteln an den Schultern): Bewusstlosigkeit.
- Keine normale Atmung vorhanden, bzw. es bestehen Zweifel daran, dass eine normale Atmung vorhanden ist.

Maßnahmen:

- Notruf 112 veranlassen bzw. selbst durchführen (falls noch nicht geschehen).
- Ist ein AED-Gerät in der Nähe, holen Sie es oder veranlassen Sie dies. Schließen Sie das Gerät an den Betroffenen an und folgen Sie den weiteren Sprachanweisungen. Wenn mehrere Helfer vor Ort sind, wird die Herz-Lungen-Wiederbelebung so lange durchgeführt, bis das AED-Gerät einsatzbereit ist.
- 30 x Herzdruckmassage.
- 2 x Atemspende.
- Herzdruckmassagen und Atemspenden im Wechsel so lange durchführen, bis der Rettungsdienst eintrifft und die Maßnahmen vor Ort übernimmt und fortführt oder der Betroffene wieder normal zu atmen beginnt.

Herz-Lungen-Wiederbelebung

Herzdruckmassage

- Neben dem Betroffenen in Höhe des Brustkorbs knien.
- Den Ballen einer Hand auf das untere Drittel des Brustbeins platzieren (= Mitte des Brustkorbs).
- Den Ballen der anderen Hand auf die erste Hand aufsetzen.
- Die Arme des Helfers sind gestreckt und der Brustkorb wird senkrecht von oben durch Gewichtsverlagerung des eigenen Oberkörpers 30 x mindestens fünf bis maximal sechs cm tief eingedrückt (Arbeitsfrequenz mind. 100/ bis max. 120/Minute).
- Druck- und Entlastungsdauer sollten gleich sein.

Beatmung und Herzdruckmassage erfolgen dann im steten Wechsel: 30 x Drücken, 2 x [Beatmen](#).



Foto: S. Schleicher / DRK



Foto: S. Schleicher / DRK

Atemspende/Betroffenen beatmen

- Atemwege freimachen durch Neigen des Kopfes nach hinten bei gleichzeitigem Anheben des Kinns.
- Mit Daumen und Zeigefinger der an der Stirn liegenden Hand den weichen Teil der Nase verschließen.
- Mund des Betroffenen bei weiterhin angehobenem Kinn öffnen.
- Normal einatmen und Lippen dicht um den Mund des Betroffenen legen.
- Luft über einen Zeitraum von einer Sekunde gleichmäßig in den Mund des Betroffenen blasen, so dass sich der Brustkorb sichtbar hebt.
- Kopflage des Betroffenen beibehalten, eigenen Kopf zur Seite drehen, erneut einatmen und darauf achten, ob sich der Brustkorb des Betroffenen wieder senkt.
- Betroffenen ein zweites Mal beatmen.
- Setzt die Atmung wieder ein, [stabile Seitenlage](#).
- Setzt die Atmung nicht ein, Maßnahmen (Druckmassage, [Atemspende](#) im steten Wechsel 30:2) bis zum Eintreffen des Fachpersonals durchführen.



Foto: S. Schleicher / DRK