

BASIC LIFE SUPPORT (BLS) – REANIMATION IN DER PRAXIS

Ziel:

- Schnelle und effektive Erstversorgung bei Herz-Kreislauf-Stillstand bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes.

Ablauf nach BLS (ERC-Leitlinien 2021)

1. SICHERHEIT PRÜFEN

- Ist die Umgebung für Helfende und Patienten sicher?
- ggf. Absichern der Situation
- mindestens eine weitere helfende Person dazu holen
- Handschuhe anziehen

2. BEWUSSTSEIN PRÜFEN

- Laut ansprechen und vorsichtig rütteln
- Keine Reaktion → Notruf **112** absetzen (durch Teammitglied)

3. ATMUNG PRÜFEN (ca. 10 Sek.)

- Kopf überstrecken, Atemkontrolle: Sehen – Hören – Fühlen
- Keine regelrechte Atmung / Schnappatmung → **Reanimation beginnen!**

4. REANIMATION (CPR)

- Harte Unterlage, freier Brustkorb.
- **Druckpunkt:**
Handballen auf Mitte des Brustkorbs, die andere Hand darüber
- **Frequenz:** 100–120/min
- **Drucktiefe:** 5–6 cm
- 30 Kompressionen / 2 Beatmungen
 - - Mund-zu-Mund oder Mund-zu-Nase
 - - wenn möglich mit Beatmungsbeutel oder -Maske
- Falls keine Beatmung möglich: durchgehende Herzdruckmassage!

5. AED EINSETZEN (wenn vorhanden, sonst Reanimation fortsetzen)

- schnellstmöglich Teammitglied auffordern, AED zu holen und zu bedienen.
- Währenddessen läuft die Reanimation weiter.
- AED einschalten, Elektroden gemäß Abbildungen anbringen.
- Anweisungen des Gerätes befolgen:
- Wenn empfohlen, Schock absetzen!
- Auf weitere Anweisungen achten.

6. REANIMATION FORTSETZEN

- Bei AED-Nutzung, sobald AED dazu auffordert.
- Frühzeitig im Team abwechseln (nicht erst bei Erschöpfung).
- Generell CPR fortführen bis:
 - - AED erneut eine Messung durchführt,
 - - eindeutige Lebenszeichen erkennbar sind,
 - - man von einer anderen Person abgelöst wird,
 - - Übergabe an Rettungsdienst erfolgt

TIPP: TEAMWORK IN DER PRAXIS

- Aufgabenverteilung im Vorfeld klären (z.B):
 - - A: Notruf / AED
 - - B: Herzdruckmassage
 - - C: Beatmung / Dokumentation
- Regelmäßige Notfalltrainings

MERKE:

- Frühe Reanimation + früher AED-Einsatz = deutlich höhere Überlebenschance!

ABKÜRZUNGEN:

- CPR = kardiopulmonale Reanimation
- AED = automatisierter, externer Defibrillator

BASIC PEDIATRIC LIFE SUPPORT (PBLS)

REANIMATION VON KINDERN

IN DER PRAXIS

PBLS (Basic Pediatric Life Support) ist die kindgerechte Form der Basisreanimation für Säuglinge und Kinder. Ziel ist es, bei einem Atem- oder Kreislaufstillstand lebensrettende Maßnahmen einzuleiten, bis der Rettungsdienst eintrifft.

Ablauf nach PBLS (ERC-Leitlinien 2021)

1. Sicherheit prüfen

- Umgebung sichern – Eigene Sicherheit und die des Kindes beachten.

2. Bewusstsein prüfen

- Kind laut ansprechen, sanft an Schulter (Kind) oder Fußsohle (Säugling) berühren.

3. Atmung prüfen (ca. 10 Sekunden)

- Kopf überstrecken (**bei Säuglingen < 1 Jahr, Neutralposition!**).
- Sehen – Hören – Fühlen.
- Keine normale Atmung → sofortige Maßnahmen erforderlich!

4. 5 initiale Beatmungen

- Säugling: Mund-zu-Mund-Nase.
- Kind: Mund-zu-Mund.
- Ziel: sichtbare Brustkorbbewegung bei jeder Beatmung.

5. 15 Thoraxkompressionen

- Säugling: Zwei Finger auf das Brustbein.
- Kind: Eine oder zwei Hände – je nach Größe.
- Frequenz: 100–120/min, Drucktiefe: ca. 1/3 des Brustkorbs (Säugling ca. 4cm, Kind ca 4-5cm)

6. Weiter im 15:2-Rhythmus

- 15 Herzdruckmassagen : 2 Beatmungen im Wechsel.
- Nach 1 Minute Reanimation → Notruf 112 (falls alleine).

7. AED einsetzen (wenn verfügbar, sonst Reanimation fortsetzen)

- Kind < 8 Jahre, nur Kinder-AED oder Geräte mit Kinder-Modus verwenden
- schnellstmöglich Teammitglied auffordern, AED zu holen und zu bedienen.
- Währenddessen läuft die Reanimation weiter.
- AED einschalten, Elektroden gemäß Abbildungen anbringen (**Kinderklebung!**).
- Anweisungen des Gerätes befolgen:
- Wenn empfohlen, Schock absetzen!
- Auf weitere Anweisungen achten.

Wann ist 30:2 bei Kindern erlaubt und sinnvoll?

- Wenn ein Helfer nur in der Reanimation von Erwachsenen geschult wurde.
- Wenn eine Person unsicher ist, aber 30:2 sicher beherrscht.
- Um Zögern oder Unterbrechung der Hilfeleistung zu vermeiden.
- In Erste-Hilfe-Kursen nach DGUV 204-008 (z. B. für pädagogisches Personal), da dort bewusst 30:2 nach den 5 Beatmungen gelehrt wird.

Besonderheiten bei Kindern und Säuglingen

- Ursache meist Atemstörung – nicht primärer Herzstillstand.
- Bei Säuglingen a. e. durch Fehlregulation des Atemzentrums im Gehirn.
- Beatmung ist daher besonders wichtig!
- Reanimationsmaßnahmen immer altersgerecht und schonend durchführen.
- Nie grob anfassen oder schütteln!

BASIC LIFE SUPPORT (BLS) - SEITENLAGE IN DER PRAXIS

Die Seitenlage ist eine wichtige Maßnahme, wenn eine bewusstlose Person normale Atmung zeigt. Sie dient der Freihaltung der Atemwege und dem Schutz vor Aspiration bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes.

Wann wird die Seitenlage angewendet?

- Bewusstlosigkeit, aber regelrechte Atmung
- Keine Anhaltspunkte für sofortige Reanimation

Anleitung: So wird die Seitenlage hergestellt

1. Bewusstsein und Atmung prüfen (Kopf überstrecken): Keine Reaktion, aber normale Atmung → **Seitenlage!**
2. Nahe liegenden Arm im rechten Winkel zum Körper legen (Handfläche nach oben).
3. Ferne Hand greifen, über die Brust legen und Handrücken an die gegenüberliegende Wange führen.
4. Fernes Bein am Knie fassen und aufstellen.
5. Patient über das aufgestellte Bein zu sich rollen – Hand bleibt an der Wange.
6. Kopf vorsichtig überstrecken, Mund leicht öffnen.
7. Oberes Bein so positionieren, dass es im rechten Winkel liegt.

Wichtige Hinweise

- Atmung regelmäßig kontrollieren (mind. 1x pro Minute).
- Patient nicht unbeaufsichtigt lassen.
- Wärmeerhalt sicherstellen (z. B. mit Decke).
- **Bei Verdacht auf Trauma:** Seitenlage nur bei zwingender Notwendigkeit, möglichst achsengerecht.