



Konzept



**Von Herzensrettern
und Lebensrettern**

Die Erste Hilfe braucht Hilfe

Bei einem Herz-Kreislaufstillstand, aber auch bei anderen lebensbedrohlichen Notfällen zählt jede Sekunde und Minute. Bis der Rettungsdienst eintrifft, hängt das Leben der Betroffenen von spontan und beherzt zupackenden Ersthelfern ab.

Doch nur in 37 Prozent der Fälle haben in der jüngeren Vergangenheit Ersthelfer bei einem Herz-Kreislaufstillstand mit der Wiederbelebung begonnen. Das hat eine Erhebung des Reanimationsregisters der Deutschen Gesellschaft für Anästhesiologie (DGAI) auf der Basis von 11.800 ausgewerteten Einsätzen ergeben.

Jährlich erleiden mindestens 50.000 Menschen in Deutschland einen Herz-Kreislaufstillstand. Das verdeutlicht, wie wichtig eine schnell beginnende Wiederbelebung ist. Schätzungen zufolge, könnten so ca. 10.000 Menschen jährlich gerettet werden.

Fatalerweise ist die Hilfsbereitschaft in Deutschland im Vergleich z. B. zu skandinavischen Ländern, wo 70% der Bevölkerung bei einem Herz-Kreislaufstillstand ganz selbstverständlich mit der Wiederbelebung beginnen, zu gering.

Was ist die Ursache? Und wie kann man dieser begegnen?

Über eine Forsa-Umfrage sind die Johanniter 2015 erneut den Hemmschwellen zur Ersten Hilfe auf den Grund gegangen.

- 44% der Befragten hatten Angst, etwas falsch zu machen.
- 26% befürchteten für eventuelle Behandlungsfehler persönlich haften zu müssen.
- 21% befürchteten, dass die verletzte Person eine ansteckende, übertragbare Infektionskrankheit haben könnte.
- Aber: Nur 7% würden zögern, einer unbekanntem Person Hilfe zu leisten.

Man sieht:

Vieles sind kognitive Dissonanzen, also Hemmschwellen, die durch fehlendes Wissen und daraus resultierende falsche Einschätzungen und Befürchtungen resultieren:

- Kein Richter hat bis heute beherzte Ersthelfer verurteilt, wohl aber Gaffer wegen unterlassener Hilfeleistung.
- Gegen Ansteckungen gibt es in der Ersten Hilfe gute Vorsichtsmaßnahmen wie z. B. das Tragen von Einmalhandschuhen oder den Einsatz von Beatmungshilfen, die man in Scheckkartengröße mit sich tragen kann.
- ...

Hier sind die Hilfsorganisationen der BAGEH und andere Organisationen bereits engagiert, um diese Ausgangslage positiv zu verändern.

Dazu setzen die fünf ausbildenden Hilfsorganisationen der Bundesarbeitsgemeinschaft Erste Hilfe (BAGEH) auf:

- niedrigschwellige Zugänge: kurz und knapp Grundbegriffe der Wiederbelebung und der gesamten Ersten Hilfe kennenlernen sowie darüber Lust auf mehr zu machen; emotionale Hemmschwellen zur Ersten Hilfe/Wiederbelebung abzubauen
- KISS: "Keep it super simple" bzw. "keep it short and simple"; das richtige Wissen in der richtigen Dosis vermitteln, damit Menschen im Notfall richtig handeln können;
- Kompetenz kommt von „Können“: Praxissicherheit ist Trumpf. Also liegt der Schwerpunkt auf üben, üben, üben.

Diese Ansätze fließen in die Idee des vorliegenden Konzeptes „Von Herzensrettern und Lebensrettern ...“ ein und soll in unserer Gesellschaft eine Selbstverständlichkeit fördern: „Helfen statt Gaffen!“

Diese Idee ist eine Herzensangelegenheit von Organisationen und Institutionen, die sie mit vereinten Kräften zum Leben erwecken wollen.

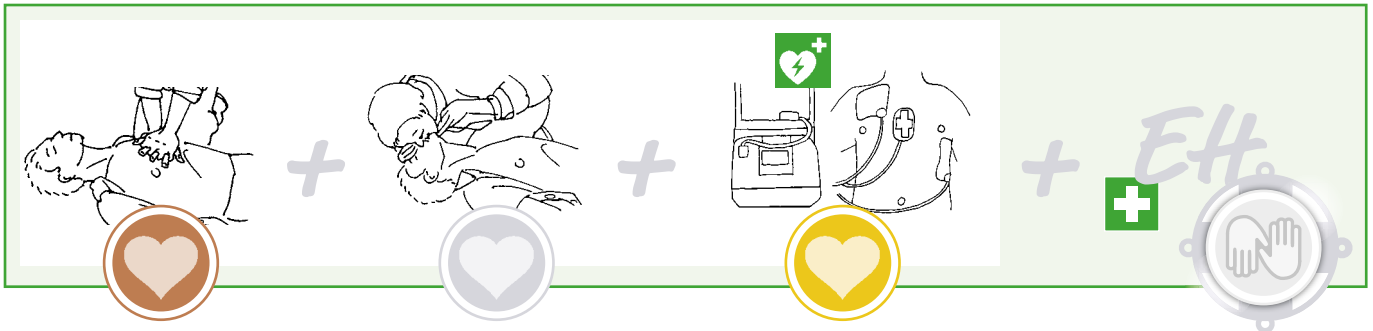
Die Idee

Niedrigschwellige Zugänge haben in der Erste Hilfe-Ausbildung die gleiche Berechtigung wie der komplette 9 UE umfassende EH-Kurs.

Man darf keine Kräfte in die Ab- bzw. Ausgrenzung der einzelnen Angebote und Diskussionen über deren Werthaltigkeit im Vergleich untereinander verschwenden. Vielmehr müssen wir unsere Kräfte bündeln, um

möglichst jedem Menschen den ersten Kontakt zur Ersten Hilfe/Wiederbelebung und den für ihn richtigen Einstieg zu bieten: Entweder nur einen Appetizer im Sinne von „Erste Hilfe to go“ oder für weitergehend Interessierte den kompletten Kurs.

Progressiv fügen sich unterschiedliche Angebote wie Perlen auf einer Kette:



Herzensretter

Unter „Herzensretter“ finden sich drei Angebote für alle, die im ersten Schritt nur die Wiederbelebung bei Erwachsenen – als Teil der Ersten Hilfe – kennenlernen wollen. Dabei kann man ...

- entweder die drei Angebote nacheinander besuchen
- oder sich sofort für das zweite oder auch für das dritte entscheiden.

In allen drei Angeboten gilt die einfache Formel:

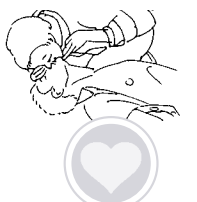
„Prüfen – Notruf – Helfen“

... nur dass das „Helfen“ von Angebot zu Angebot immer weiter ausgebaut wird.



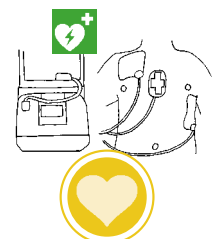
Herzensretter **BRONZE**

Helfen = Wiederbelebung nur mit Drücken
Hier bietet sich z. B. der Lernslogan
„Prüfen – Rufen – Drücken“ an.



Herzensretter **SILBER**

Helfen = Wiederbelebung mit Drücken
und Beatmen



Herzensretter **GOLD**

Helfen = Wiederbelebung zusätzlich
mit AED

Mit jeder Stufe erhalten die Teilnehmer ein Give away/ Abzeichen o.ä. das zeigt: „Ich bin Herzensretter Bronze ...“

Mit jeder Stufe wächst durch das wiederkehrende Training die Qualität der Handlungsabläufe und der Einzelmaßnahmen.

Lebensretter



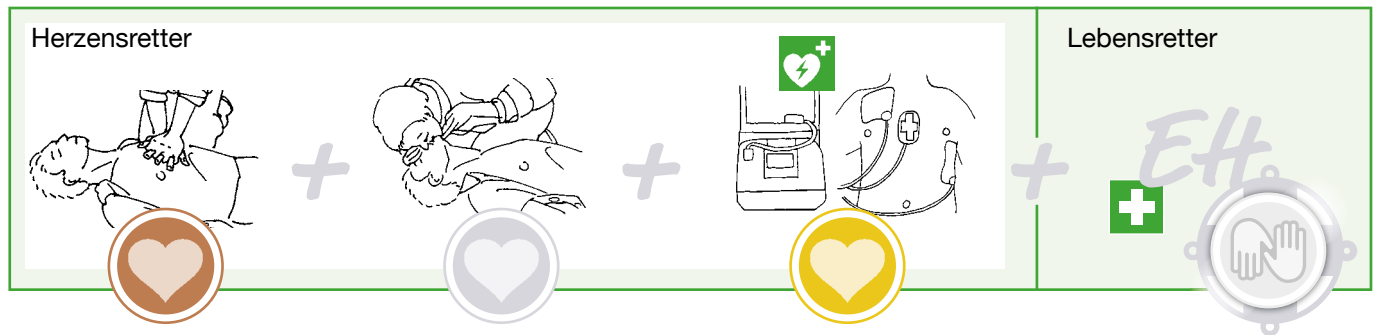
Unter „Lebensretter“ fügen sich Angebote für die Interessierten an, die für alle Notfälle gut vorbereitet sein wollen: Dies bieten unsere Erste Hilfe-Kurs (9 UE), in denen man kompakt aus der Praxis

für die Praxis Wichtiges und Wertvolles zur Ersten Hilfe lernt und übt.

In geschlossenen Gruppen kann er sehr gut auf die Bedürfnisse und Bedarfe der einzelnen Interessengruppen eingehen:

- Betriebshelfer in den unterschiedlichen Einsatzbereichen von Handwerk über Verwaltung bis Industrie
- Eltern, Großeltern, ErzieherInnen, (Grundschul)LehrerInnen ... kurzum alle, die Kinder und Jugendliche betreuen und begleiten
- ...

Nach Absolvieren erhalten die Teilnehmer ein Give away/Abzeichen o.ä. das zeigt: „Ich bin Lebensretter“.



Herzensretter

Diese Angebote eignen sich z. B. für die HLW-Trainings gemäß Beschluss der Ständigen Kultusministerkonferenz, nach dem Schüler ab dem 7. Schuljahr jährlich 2 Stunden HLW üben sollen.

Die progressive Anlage der Herzensretter-Angebote sichert, dass durch die jährliche Wiederholung keine Langeweile aufkommt, sondern dass immer etwas Neues gelernt wird und das Können immer weiter wächst.

Neben diesen zusätzlichen Inhalten (+ Beatmung, + AED) können auch Variationen der Settings/Situationen für motivierende Abwechslung sorgen:

- HLW-Training im Schwimmbad
- Fallbeispiel in räumlicher Enge
- ...

Der „Herzensretter Bronze“ (Wiederbelebung nur mit Drücken) hat sich bereits für Awareness-Veranstaltungen bewährt. So war dies auch Grundlage für den CPR-Weltrekord vom 22.09.2016.

Wenn nur das Angebot „Herzensretter Bronze“ durchgeführt wird, wird vom Trainer der Ausblick auf die Beatmung als ergänzenden Anteil der Wiederbelebung gegeben. Er wirbt dafür, auch das entweder in einem aufbauenden Herzensretter-Angebot (Herzensretter Silber und/oder Herzensretter Gold) kennenzulernen und zu üben oder direkt als „Lebensretter“ in allen Notfällen einen Erste Hilfe-Kurs zu besuchen.

Lebensretter

Diese Angebote der Erste Hilfe-Kurse können dank der kompakten Anlage in 9 Unterrichtsstunden sehr gut als Tagesangebote realisiert werden.

Für geschlossene Interessentengruppen können auch alternative Organisationsformen/Terminierungen geplant und durchgeführt werden.

Diese Angebote werden nach DGUV Grundsatz 304-001 zertifiziert. Damit haben alle Teilnehmer einen Doppelnutzen: Sie lernen und üben nicht nur lebensrettende Erste Hilfe, sondern können die Bescheinigung auch

- als Betriebshelfer z. B. zum Zugang zu Betriebsstätten-Ausbildungen oder anderen weiterführenden Ausbildungen,
- für den Führerscheinwerb, egal ob Auto oder Boot,
- für den Weg zum Übungsleiter,
- u.v.m. einsetzen.

Es gibt zusätzlich zielgruppenorientierte Angebote, die die Idee des „Lebensretters“/der Ersten Hilfe von den Jüngsten im Kita- und Grundschulalter bis hin zu den Erwachsenen tragen:

• Erste Hilfe in der Kita und Grundschule

Hier werden schon die Kleinsten an Zuwendung zum Nächsten/Psychische Betreuung, Notruf, Vorgehen im Notfall, Stabile Seitenlage u.ä. herangeführt. Früh übt sich, wer ein Lebensretter werden will.

• Schulsanitätsdienste

Hier werden Schüler aktiv um – entsprechend geschult – ihren Mitschülern im Notfall helfen zu können. Sie lernen so, Verantwortung zu übernehmen.

• Erste Hilfe am Kind

Hier fühlen sich z. B. junge Eltern angesprochen, weil sie gerne für ihre Kinder auch Sicherheit in Notfällen bieten wollen.

- ...