



Reanimationsunterricht

für Schülerinnen und Schüler

ADAC

ADAC Stiftung

Reanimation

- Was weißt du zum Thema Reanimation?
- Warum ist es wichtig, Kenntnisse in diesem Bereich zu haben?





Ein Herz-Kreislauf-
stillstand passiert
plötzlich.



<https://www.youtube.com/watch?v=tftT23nyX0E>

Traust du dir zu, in einer Notfallsituation zu handeln?



Ja, ich weiß, wie ich
helfen kann und würde
auch eingreifen.

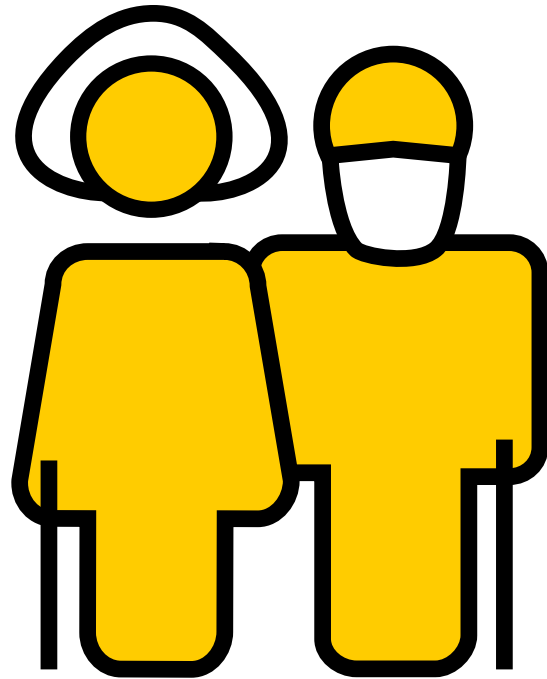


Ich habe eine Idee,
aber ich traue mich
nicht.



Nein, ich weiß es
überhaupt nicht.

Reanimation geht uns alle an: 135.000 Herzkreislaufstillstände in Deutschland



70,2 Jahre

Durchschnittsalter der Patienten

34,3 %

älter als 80 Jahre

1,3 %

jünger als 18 Jahre



65,4 %

In der Wohnung

Unfallorte

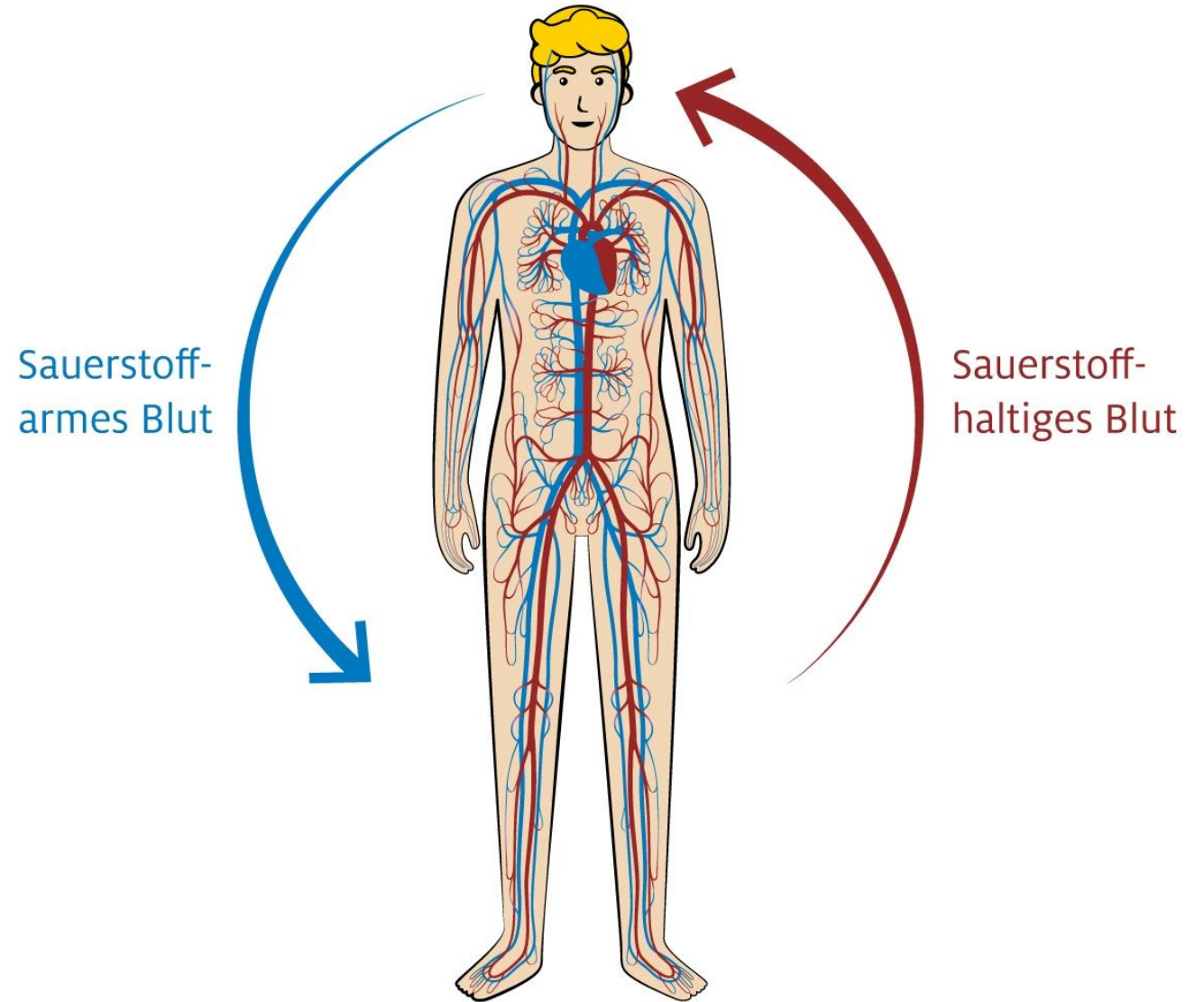
18,9 %

In der Öffentlichkeit

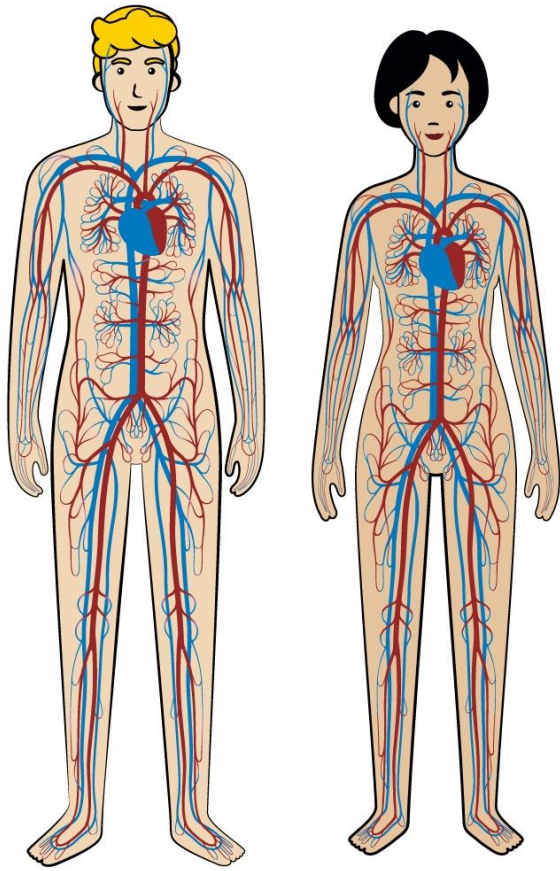
15,7 %

Andere Orte

Dein Herzkreislauf
versorgt deinen
Körper
mit Sauerstoff.



Bei Herzkreislaufstillstand bleibende Schäden im Gehirn schon nach 3 Minuten



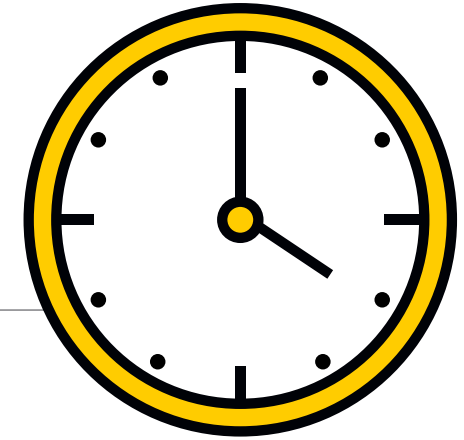
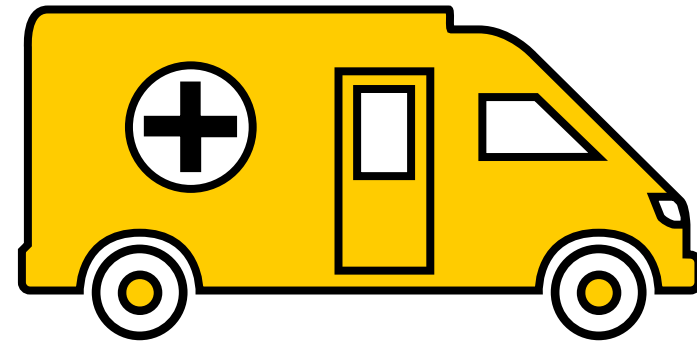
3 Min.



5-15 Min.



9 Min.





»» Jeder kann helfen!



30-60 Sekunden

BEWUSSTSEIN PRÜFEN



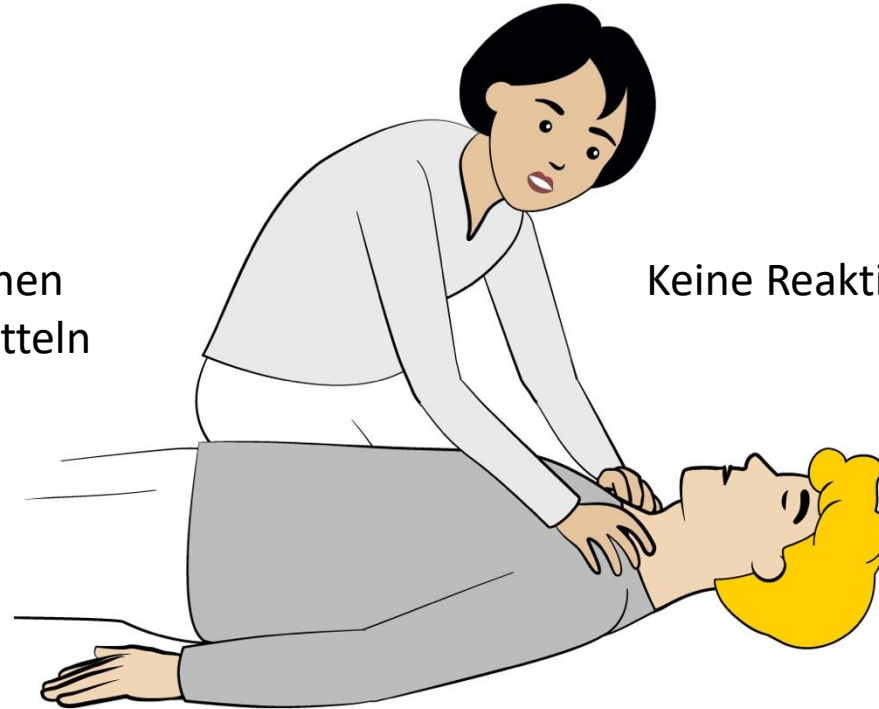
1

Gefahrenlage überprüfen

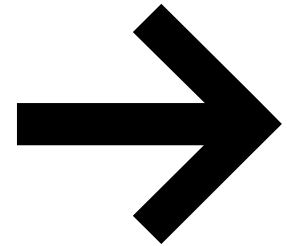
- Selbstschutz
- Alles sicher?

2

- Laut Ansprechen
- Berühren/ Rütteln



Keine Reaktion?



ATMUNG PRÜFEN



3

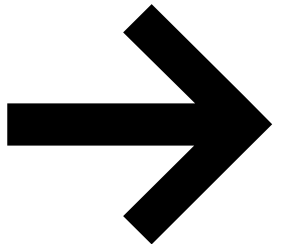
Unter das Kinn fassen
und an die Stirn.
So überstreckst du den
Kopf nach hinten.

4

10 Sekunden die
Atmung prüfen: sehen,
hören, fühlen



Keine Atmung?

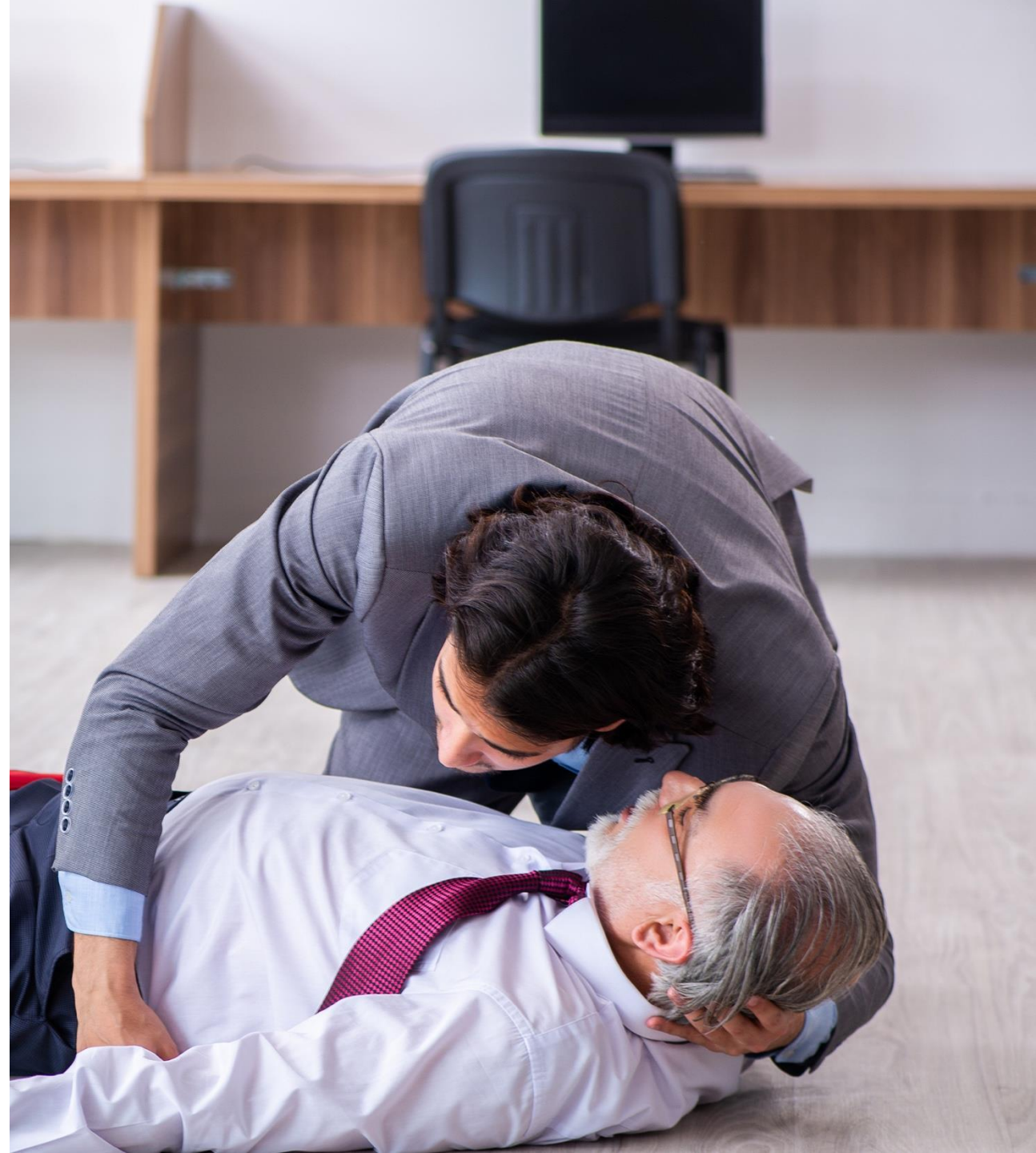


Schnappatmung

Kraftloses Schnappen nach Luft, sogenannte Schnappatmung, ist keine suffiziente Atmung!

- Auch in dieser Situation ist eine Herzdruckmassage durchzuführen.
- Was passiert wenn ich jemanden mit Herzschlag reanimiere?

Du kannst auf keinen Fall etwas falsch machen.





30-60 Sekunden

HILFE RUFEN

Umstehende Personen
um Hilfe rufen.



Notruf: 112 anrufen
und Telefon auf
Lautsprecher neben
dich legen.





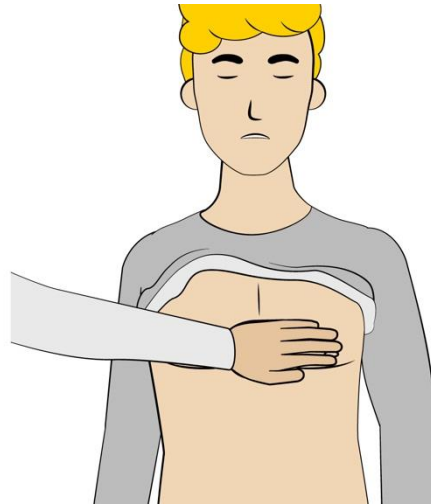
Bis RTW kommt

SCHNELL + TIEF DRÜCKEN



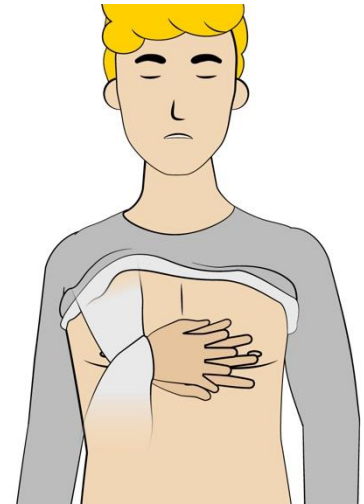
1

Eine Hand auf in die
Mitte des Brustkorbs
platzieren.



2

Die andere Hand
darüber legen.



SCHNELL UND TIEF DRÜCKEN

- Mit beiden Händen fest in der Mitte des Brustkorbs drücken.
- 100 bis 120-mal pro Minute, 5 bis 6 cm tief.
- Vollständige Entlastung nach jedem Drücken.
- Drücke immer weiter ohne Pause bis Hilfe eintrifft.



So rettest du Leben

1.

Prüfen



- Keine Reaktion?
- Keine oder keine normale Atmung?

2.

Rufen



112 anrufen oder anrufen lassen.

3.

Drücken



- Mit beiden Händen fest in der Mitte des Brustkorbs drücken.
- 100 bis 120 mal pro Minute, 5 bis 6 cm tief.
- Nicht aufhören, bis Hilfe eintrifft.



Und jetzt?

Los geht's zum Üben

Das weißt du jetzt: Das ist ein HerzKreislaufstillstand



Damit kannst du jetzt Leben retten!

Traust du dir jetzt zu, in einer Notfallsituation zu handeln?



Ja, ich weiß, wie ich
helfen kann und würde
auch eingreifen.



Ich habe eine Idee,
aber ich traue mich
nicht.

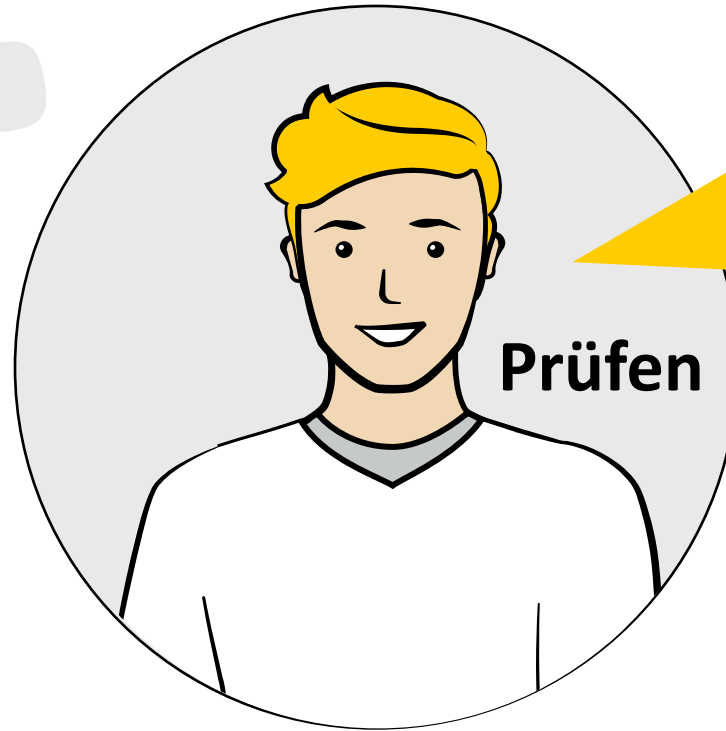


Nein, ich weiß es
überhaupt nicht.

Fragen

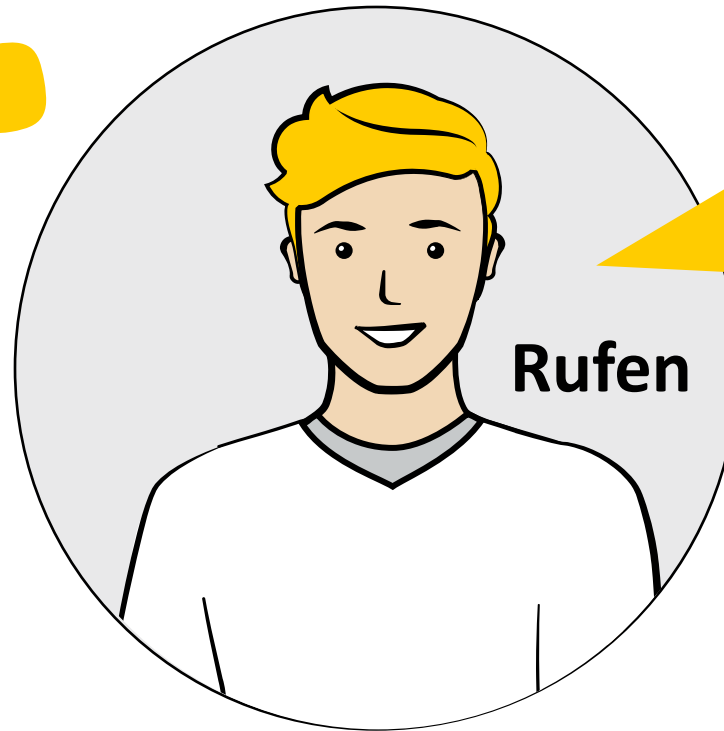


**Was tue ich,
wenn ich mir
nicht sicher
bin?**



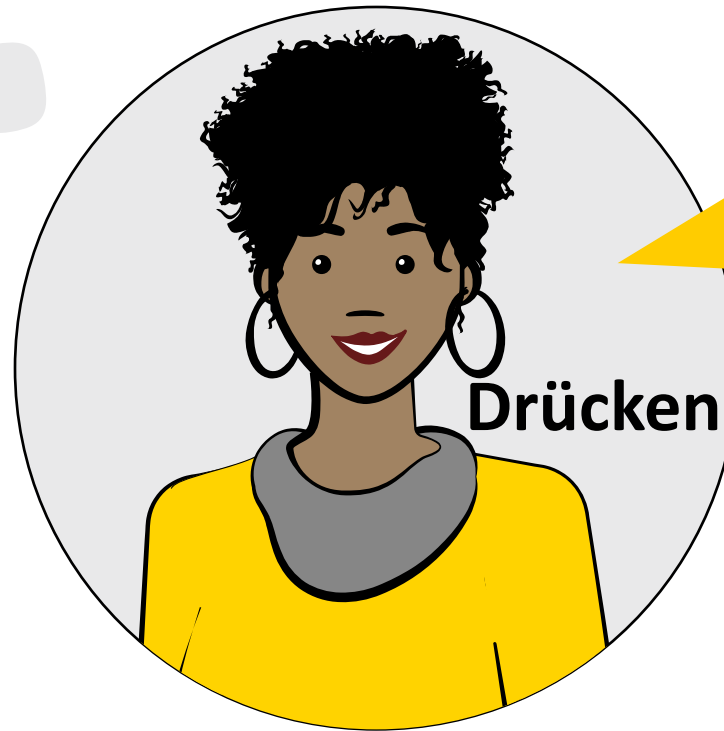
Im Zweifel immer
mit der HDM beginnen!
Personen, die „nur“
bewusstlos sind, werden
reagieren.

**Ich bin in einem
Funkloch, kann
ich einen Notruf
absetzen?**



Europaweit kann
die 112 ohne eigenes
Netz, Guthaben oder PIN
angerufen werden.

**Muss ich
die Person
ausziehen?**



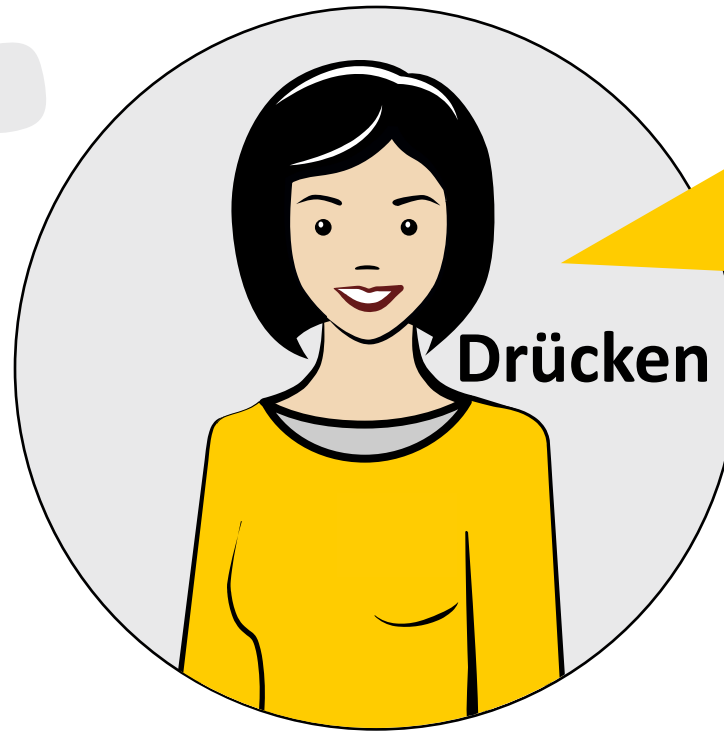
Dicke Jacken öffnen, den
Druckpunkt finden;
Ausziehen ist nicht
notwendig.

**Wie lange soll
ich drücken?**



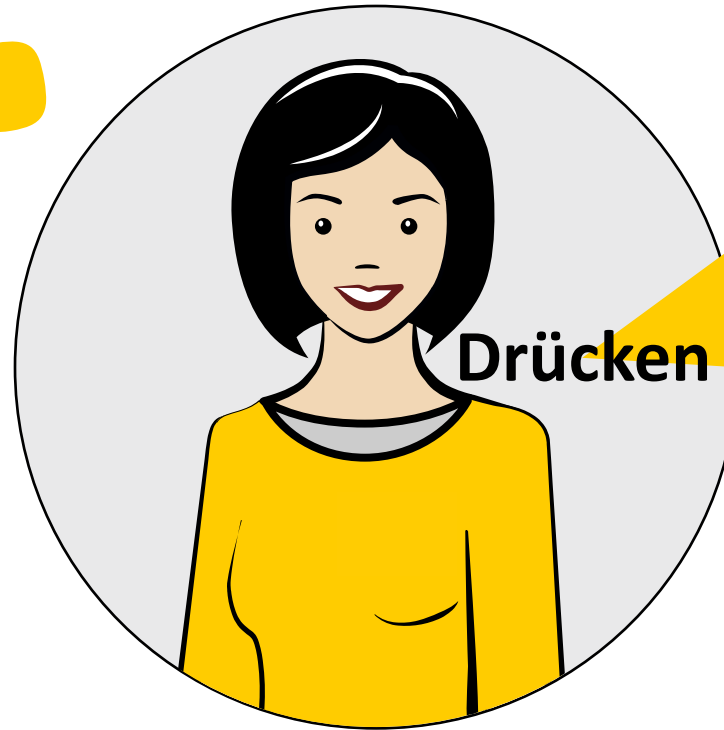
Helferwechsel im
Optimalfall nach
2 Minuten.
HDM ohne Unterbrechung,
bis Profis da sind.

**Warum sind kurze
Unterbrechungen
schlecht?**



Der Kreislauf muss immer
wieder neu in Schwung
kommen → erneute
Anlaufphase!

**Warum ist
die Beatmung
nicht ganz so
wichtig?**



Drücken

Bei Erwachsenen ist zumeist noch Restsauerstoff im Blut, der durch HDM zu den Organen gebracht wird. Drücken ist Pflicht und Beatmung ist die Kür.

**Kann ich etwas
kaputt machen?**



**Nein! Rippen können
durch die HDM brechen,
das passiert regelmäßig.
Brüche verheilen gut!**



Vielen Dank.



ADAC Stiftung