



DR. JUTTA REISS

# ERSTE HILFE



DR. CHRISTINE TABACU

# KURSE

**Ärztinnen testen für  
GESUNDHEITS BILD  
Erste-Hilfe-Kurse in  
fünf deutschen  
Städten**

# IM TEST

FRIDERIKE STÜWERT



**K**önnen Sie bei einem Verkehrsunfall einem anderen Menschen Erste Hilfe leisten? Viele können das (leider) nicht.

Eine aktuelle Forsa-Umfrage hat ergeben, daß selbst Standards wie die stabile Seitenlage oder der richtige Rhythmus der Beatmung (zweimal beatmen, 15mal Herzdruckmassage) den Autofahrern häufig unbekannt sind.

Wer einen Führerschein macht, muß den Kurs „Lebensrettende

Sofortmaßnahmen am Unfallort“ absolvieren. Doch wie kompetent und praxisnah werden die Autofahrer wirklich auf einen Notfall vorbereitet und geschult?

**Drei Ärztinnen (Fotos oben) haben für GESUNDHEITS BILD die Ersthelfer-Ausbildung für Führerscheinanwärter in deutschen Städten getestet.**

Die Kurse dauern acht Stunden, dann sollen die Teilnehmer als Ersthelfer an einer Unfallstelle handeln können. Anbieter der

Kurse sind unter anderem das Deutsche Rote Kreuz (DRK), die Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG), die Johanniter-Unfall-Hilfe, der Malteser-Hilfsdienst und der Arbeiter-Samariter-Bund (ASB). Deren Mitarbeiter unterrichten die Kursteilnehmer teils engagiert, teils lustlos im Schnelldurchgang.

In allen Kursen gaben sich die Dozenten Mühe, lebensrettende Informationen praxisnah zu vermitteln. **Peinliches Ergeb-**

**nis allerdings für die Johanniter-Unfall-Hilfe in Münster:** Der Kurs fiel aus. Sechs junge Teilnehmer gingen am frühen Samstagmorgen verärgert wieder nach Hause. Der Grund: Der ehrenamtliche Ausbilder war plötzlich krank geworden.

Durchfallen kann man beim Erste-Hilfe-Kurs nicht. Wer sich aber allzu lustlos gibt und die Übungen falsch absolviert, kann ohne die Teilnahme-Bescheinigung nach Hause geschickt wer-



den. Und die benötigt man, um zur Fahrprüfung zugelassen zu werden.

Doch leider trauen sich trotz Schulung im Alltag nicht alle Kursabsolventen Rettungsmaßnahmen zu. Das weiß man auch beim ADAC. Vorstand Arno Reglitzky (69): „Man kann eigentlich nichts falsch machen. Das Wichtigste ist, überhaupt zu helfen. Aber jeder sollte nach spätestens fünf Jahren einen Auffrischkurs machen, da sich Dinge än-

dern und man viel verlernt.“ Die ganz große Angst vor dem Fall der (Not-)Fälle könnte jetzt eine Erste-Hilfe-Software für das Handy nehmen. Mit ihr sind Tips für den Notfall jederzeit übers Mobiltelefon abrufbar, selbst wenn das Handy gerade keinen Empfang hat – eine Neuentwicklung des Medizintechnik-Unternehmens Bitos in München. Die Software für den cleveren Handy-Spickzettel „M-AID“ ist über die Internetseite [www.m-aid.de](http://www.m-aid.de) erhältlich. ■



**Verband anlegen**

**+ POTSDAM/Malteser**

Diskussion statt stupidem Vortrag: Ausbilder Björn David (29) erzählte praxisnah aus seinem Sanitäter-Alltag, fand sofort den Draht zu den 23 angehenden Laienhelfern. Statt in den vorgeschriebenen sechs Spalten er den Kurs in vier Stunden ab.

Dadurch erfuhren die Teilnehmer aber zuwenig Details über richtige Unfallhilfe. Weiteres Manko: zuwenig Platz und nur eine Übungspuppe. So kam bei der Herzmassage jeder nur einmal zum Drücken.

**ERGEBNIS\***



**Mund-zu-Nase-Beatmung**

Michael Turetzek (35) übt die Mund-zu-Nase-Beatmung an der Puppe. Jeder Teilnehmer hat eine eigene Maske für die Puppe



**HANNOVER/ASB**

Kursleiter Yilmaz (22) verspätete sich, für guten Ersatz wurde aber umgehend gesorgt. Großes Lob verdient die Tatsache, daß der Kurs auch für nur drei Teilnehmer stattfand. Der Kursleiter konnte aus vielen Jahren praktischer Erfahrung aus dem Rettungsdienst schöpfen und diese fachlich richtig vermitteln. Medizinische Erklärungen kamen etwas zu kurz, waren aber fehlerfrei. Schlecht: Der Rettungshandgriff wurde nicht geübt. Kosten: 30 Euro - viel zu teuer! Erste Hilfe brauchten auch die Teilnehmer, denn es war viel zu kalt in dem Raum.

ERGEBNIS

**Bewertung**

- sehr gut
- gut
- befriedigend
- ausreichend
- mangelhaft
- ungenügend

**HAMBURG/Sanitätsschule Nord**

Besser für den Notfall gerüstet kann der Laienhelfer nicht sein. Nach dem Kurs konnten die Teilnehmer sämtliche Wiederholungsfragen unserer Expertin prompt beantworten. Erfolgsrezept des Kurses: Ausbilderin Ramona (21), Rettungssanitäterin und angehende Medizinstudentin. Ob Beatmung, stabile Seitenlage oder Rettungshandgriff - kein Teilnehmer war entlassen, bis alles richtig klappte. Einziger Wermutstropfen: der Toilettenzugang direkt vom Kursraum. Günstiger Kurs (16 Euro), der durch Qualität überzeugte.

ERGEBNIS



**Rettungshandgriff**

Um Verletzte richtig aus dem Auto zu bergen, lernen Katherine Rosenstock (17) und Samet Torim (23) den „Rettungshandgriff“



**Stabile Seitenlage**

Jana Heeschen (18) und Sandra Lembcke (18) beherrschen nach dem Kursus jeden Rettungshandgriff



**WEDEL/Johanniter**

Gelangweilter Lebensretter! Das Kursprogramm wurde routiniert abgespult. Interesse oder Begeisterung kam so bei den Teilnehmern nicht auf. Großes Manko: Der wichtige Rettungshandgriff für das Personenbergen aus dem Auto wurde nicht geübt, dafür Druckverband-Anlegen und Schocklage. Infos über Atmung und Herz-Kreislauf-Funktion kamen zu kurz. Pluspunkt: tolles Übungsmaterial. Allerdings sollten die handgeschriebenen Folien erneuert werden. Der Kurs war eher eine anstrengende Pflichtveranstaltung. (Kosten: 20 Euro).

ERGEBNIS

**Stabile Seitenlage**

Stephan Dominik Kurz (29, links) zeigt den Kursus Teilnehmern, wie es richtig geht



**BERLIN/Mediplex**

Nur sechs Teilnehmer, viel Platz in einem Altbaudachgeschoss. Ausbilder Stephan Dominik Kurz (29) ist nicht nur angehender Arzt, sondern auch Motivationstrainer - optimale Bedingungen! Auch inhaltlich gab es nichts zu kritisieren; keine einzige Lücke in der Theorie und praktische Übungen an modernsten Puppen unter simuliertem Zeitdruck - wer hier geübt hat, kann die Griffe auch im Ernstfall. Perfekt! Nach absolviertem Kurs ist man fast schon ein kleiner Notarzt.

ERGEBNIS