

17. November 2021

RADIOBEITRAG als Text

Reanimation: Erste Hilfe in Zeiten von Corona

Anmoderation:

Erste Hilfe ist auch während der Corona-Pandemie bei Notfällen unerlässlich. Wie die Erste Hilfe während der Pandemie aussehen sollte, darüber hat sich Kristin Sporbeck bei Anja Debrodt informiert. Sie ist Ärztin im AOK-Bundesverband.

Länge: 2.18 Minuten

Anja Debrodt:

In Notfallsituationen sollte man zunächst prüfen, ob der Betroffene auf Ansprechen oder Berühren reagiert. Bei Menschen mit einem Herz-Kreislauf-Stillstand muss man sofort mit Wiederbelebungsmaßnahmen beginnen. Das gilt auch in Zeiten von Covid-19. Zunächst sollte man prüfen, ob der Betroffene noch atmet. Um einer Ansteckung mit Covid-19 vorzubeugen, sollte man sich bei unklarer Infektionslage nicht dem Gesicht nähern, um Atemgeräusche zu hören oder einen Luftzug zu spüren, sondern beobachten, ob sich der Brustkorb hebt und senkt. Das sind die Empfehlungen der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung zum aktuellen Zeitpunkt im November 2021.

Text: erklärt Anja Debrodt, Ärztin im AOK-Bundesverband. Die Empfehlungen werden laufend entsprechend neuer Erkenntnisse angepasst. Ist die Atmung gestört, sollte man sofort den

Rettungsdienst unter der Nummer 112 alarmieren und direkt mit der Herz-Kreislauf-Reanimation beginnen.

Anja Debrodt:

Wenn ein automatisierter, externer Defibrillator öffentlich zugänglich ist und eine weitere Person diesen herbeischaffen kann, dann sollten Sie diesen nutzen. Mund und die Nase der bewusstlosen Person sollte man zum Beispiel mit einem Taschentuch abdecken. Auf eine Beatmung soll verzichtet werden, wenn unklar ist, ob die betroffene Person mit Covid-19 infiziert sein könnte.

Text: Die Herzdruckmassage ist so wichtig, weil das Gehirn bereits nach drei bis fünf Minuten ohne Blutfluss anfängt zu sterben. Tipps zur Wiederbelebung hat Ärztin Debrodt.

Anja Debrodt:

Bei einer Reanimation legt man seine Hände übereinander und drückt mit den Handballen nach unten auf die Mitte des Brustkorbs – etwa in der Höhe der Brustwarzen. Die Herzdruckmassage sollte mit einer Frequenz von 100- bis 120-mal pro Minute erfolgen. Damit man festen Druck ausüben kann, sollten die Arme dabei gestreckt bleiben. Die Eindringtiefe sollte mindestens fünf bis sechs Zentimeter betragen. Damit sollte man weitermachen, bis der Rettungsdienst da ist und übernimmt. Sind weitere Leute da, kann man sich auch abwechseln, ohne dass Pausen entstehen. Man sollte Maske und Einmalhandschuhe tragen, Außenstehende sollten einen Abstand von 1,5 bis zwei Meter einhalten.