

Auffrischung „Erste Hilfe“

Wie wichtig die „Erste Hilfe“ ist, weiß sicherlich jeder.

Doch wann nimmt man sich die Zeit, sein Wissen auf diesem Gebiet mal zu prüfen oder aufzufrischen? Viel zu selten!

Deshalb war es gut, dass sich am 01.02.2015 um 09.30 Uhr

22 Sportfreunde der Lauf- und Walking-Gruppe des SV HANSE-Klinikum Stralsund in der Beruflichen Schule Lilienthalstraße zu einer Auffrischung in „Erster Hilfe“ trafen.

Unter der Leitung von Frank ging es in lustiger und lockerer Form durch die „Theorie“ von der Rettungskette über Verletzungen des Bewegungsapparates, Thermische Schäden und Schädel-Hirn-Trauma bis zum Schock. Dann hatten wir uns eine kleine Pause verdient.

Nach der Pause ging es mit den lebensbedrohlichen Störungen von Bewusstsein, Atmung und Kreislauf weiter. Hier wurde die ganze Sache dann sehr interessant aber auch recht lustig. Unter anderem hörten wir etwas über die „3 A“



(Ansehen, Ansprechen, Anfassen) – auch als Disco-Prinzip bekannt, den Rautek-Rettungsgriff, die stabile Seitenlage und die Herz-Lungen-Wiederbelebung (HWL) sowie den Defibrillator. Aber auch den Unterschied zwischen „Abbinden“ und „einen Druckverband anlegen“ haben wir erfahren.

Während anschließend eine Hälfte der

Gruppe die stabile Seitenlage probte und versuchte „little Anne“ wieder zu beleben (s. [Bildergalerie](#)), durfte die andere Hälfte zum Bockwurstessen .

So gegen 14.30 Uhr neigte sich dann unsere „Erste Hilfe“-Veranstaltung dem Ende zu. Zum Abschluss bedankte sich Bärbel im Namen aller bei Frank für die viele Mühe, die er sich gemacht hat.

Anschließend wurde draußen noch „Bergung aus dem Auto“ geübt.

Bernd

