

1.-Hilfe-Kurs mit "Doc"



Am Samstag, den 26.03. pünktlich um 9 Uhr haben wir uns im Georgiihaus bei Laki getroffen, um unsere Kenntnisse zu einem nicht nur für Motorradfahrer sehr wichtigen Thema aufzufrischen bzw. zu vertiefen: der Ersten Hilfe.



Um uns dieses Thema näher zu bringen konnten wir Hans-Peter Völker, auch "Doc" genannt, gewinnen. Doc ist schon seit etlichen Jahren im Rettungsdienst tätig und fährt z.B. auch des Medical Car auf dem Hockenheimring. Zudem ist er auch selbst Motorradfahrer und weiß somit bestens Bescheid, auf was es ankommt. Mit seiner lockeren und lustigen Art konnte er die Aufmerksamkeit der Teilnehmer auf sich ziehen und hat uns das ernste und relativ trockene Thema kurzweilig und ja sogar humorvoll näher gebracht.

Nachdem alle Teilnehmer mit Getränken versorgt waren, wurden erst die theoretischen Themen abgearbeitet. Dazu gehören z.B. solche Dinge wie: Muss ich helfen? Wie muss ich helfen? In welcher Reihenfolge geht man vor, wenn man zu einem Unfall kommt? Rechtliche Folgen bei der Erst Hilfe bzw. Nicht-Hilfe, usw. Doc hat bei diesen Themen auch immer wieder reale Fälle aus seinem täglichen Arbeitsleben erzählt und durch humorvolle Einlagen dafür gesorgt, dass keine Langeweile aufkam.

Noch vor der Mittagspause sind wir dann zum praktische Teil übergegangen. Doc gab uns eine ausführliche Einweisung zur Herzdruckmassage und Beatmung für eine Reanimation. Wo muss ich drücken? Wie stark muss ich drücken? Wie schnell und wie lang? An einem mitgebrachten Dummy konnten wir dann die Herzdruckmassage üben. Man soll es kaum glauben, aber das ist eine ziemlich anstrengende Angelegenheit.



Da kam dann auch die Mittagspause zur Stärkung mit Essen und frischen Getränken wie gerufen.

Nach der wohlverdienten Pause ging es dann weiter mit praktischen Übungen. Als nächstes stand das Abnehmen eines Motorradhelm auf dem Programm. Es gibt bei manchen immer noch Bedenken, ob man nun den Helm abnehmen soll oder nicht. Die klare Aussage unseres Doc war: auf jeden Fall runter mit dem Ding, wenn die verunfallte Person nicht mehr ansprechbar ist! Die Gefahr, dass die Person ersticken kann, falls sie brechen muss, ist größer, als die Gefahr, der Person beim Runternehmen des Helm weitere Verletzungen zuzufügen. Doc hat uns dann nochmals die stabile Seitenlage erklärt und die Anwendung vorgeführt. Dann ging es wieder an´s Üben.

Als Dummi hat sich diesmal Doc selbst zur Verfügung gestellt. Ihm wurde zigmal der Helm abgenommen und er wurde zigmal in die stabile Seitenlage verfrachtet. Wenn man weiß, wie man das macht, schafft es tatsächlich selbst ein zartes Persönchen, ein gestandenes Mannsbild in diese Position zu bringen.



Doc hat diese Übung relativ gut überstanden. Seine Nase war durch das mehrmalige Abnehmen des Helmes zwar ein wenig lädiert, aber das hat seiner guten Laune nicht geschadet und er kann heute wieder



schmerzfrei atmen 😊

Als Letztes hat uns Doc noch anhand eines mitgebrachten Defibrilators anschaulich erklärt, wie man diesen verwendet und uns nützliche Tips gegeben, wie man mit wenigen Mitteln als Ersthelfer Wunden abdecken und versorgen kann.



Mein Fazit für diesen interessanten und kurzweiligen Tag lautet: es hat sich gelohnt, daran teilzunehmen. Und ganz wichtig:

ALLES WAS MAN ALS ERSTHELFER TUT IST BESSER, ALS NICHTS ZU TUN!!!

MAN SOLL SICH DABEI ABER AUF KEINEN FALL SELBST IN GEFAHR BRINGEN!!!



An dieser Stelle nochmals vielen Dank an Doc, der sich die Zeit für uns genommen hat und diesen Erste Hilfe Kurs ehrenamtlich und völlig kostenlos für uns durchgeführt hat.

Ebenfalls gilt mein Dank allen Teilnehmer, die an diesem gelungen Tag mitgewirkt haben. Durch Eure freiwillige Spende konnte Doc auch seine Unkosten für die Anfahrt und die anschließende Übernachtung in Esslingen decken.

Es bleibt zu hoffen, dass wir nie in Lage kommen, als Ersthelfer tätig werden zu müssen. Und sollte es doch der Fall sein, hoffe ich, dass wir uns an diesen Tage zurückerinnern, das Gelernte abrufen und wirksam helfen können und dadurch im besten Fall ein Leben retten.

Eure Simone