

Zwischen Himmel und Ähd, Bergischer Kaffeetafel, Pfeffer-Potthast und Currywurst liegt unser Morgan-Land.

Erste Hilfe rettet Leben!

Ein Bericht von Stefanie Meridies mit Bildern von Peter Eisele

Am Samstag, 18.11.2023 fand in der Classic Remise ein 4-stündiger Kurs zum Thema „Kenntnisse der ersten Hilfe“ statt. Organisiert von Gregor (Danke dafür!) und gehalten von seinem langjährigen Freund und Kollegen Günther Winkler – Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivmedizin, Mega Code Trainer und Notfallsanitäter.

Vorab gab Eva - seit einigen Jahren ehrenamtlich für die Deutsche Herzstiftung tätig - eine kurze Einführung zur Früherkennung des Herzinfarktes bei Männern und Frauen.

Die Deutsche Herzstiftung klärt jährlich in ca. 1200 Veranstaltungen in ganz Deutschland dazu auf. Eva hatte Etliches an Informationsmaterial mitgebracht und jeder bekam einen entsprechend gefüllten „Herz-Beutel“. Danke Eva!



Im Anschluss daran lauschten 22 Moggianer interessiert Günther's anschaulichem und praxisnahem Vortrag.

Folgende Themen wurden angesprochen:

- Grundsätze der 1. Hilfe (sittliche und rechtliche Pflicht)
- Erwartungen an den Ersthelfer
- Rettungskette (Sofortmaßnahmen, Notruf, 1. Hilfe, Rettungsdienst, Krankenhaus)
- Was ist ein Notfall? (Unfall, Vergiftung, Erkrankung)
- Verkehrsunfall (Absichern der Unfallstelle, Gefahrenerkennung, Notruf und die 5 W's)
- Wunden (Übersicht, Umgang, Verbände)
- Schock (Anzeichen, Arten, Maßnahmen, Schocklage)

Kurz vor der Mittagspause wurde es dann schon praktisch. Günther zeigte uns die „neue“ stabile Seitenlage, die wesentlich einfacher ist, als diejenige, welche die meisten von uns noch für die Führerscheinpriifung gelernt haben. Mit Partner übten wir fleißig und auch erfolgreich :-)) die aktuelle Ausführung.





In der Mittagspause konnten wir uns im Restaurant Mezzomar stärken. Edi hat sich vorab – vorausschauend wie er ist - um die Speisenauswahl gekümmert und so standen Pizza, Pasta und Diverses pünktlich auf dem Tisch und es hat Allen geschmeckt. Optimierungsbedürftig bleibt allerdings noch die Sozialkompetenz der Service-Crew.

Die zweite Hälfte des Kurses widmete sich ausführlich der Wiederbelebung durch die sofortige Herzdruckmassage und den Einsatz eines Defibrillators. Günther führte uns anhand der Präsentation der Firma HeartSine durch folgende Themen:

- Herzinfarkt und plötzlicher Herztod (Kammerflimmern)
- AED (**a**utomatisierter **e**xterner **D**efibrillator): Zubehör, Handhabung und Aufbewahrung
- Ablaufschema der Wiederbelebung





Im Anschluss wurden wir wieder aktiv und durften – mit Unterstützung von Günther und Gregor - die Wiederbelebung mit Defibrillator an zwei Dummies ausführlich üben. Viele von uns waren erstaunt, wie viel Kraft man bei der Herzdruckmassage aufbringen muss. Denn der Brustkorb muss mindestens 6 cm tief eingedrückt werden, damit es wirkt. Man sollte auch nicht zu früh aufgeben, eine Druckmassage kann bis zu 30 Minuten dauern und sollte daher nach Möglichkeit von zwei Personen abwechselnd ausgeführt werden.

Fazit:

Es waren vier kurzweilige Stunden mit einer sehr guten Mischung aus Theorie, Berichten aus der Praxis und Übungen, die uns die Scheu, etwas falsch zu machen, weitgehend nehmen konnten. Die gezeigten Präsentationen bekommen wir zum Nachlesen und Vertiefen.

Ein herzliches Dankeschön an Günther Winkler für die wertvollen Informationen und Erkenntnisse.

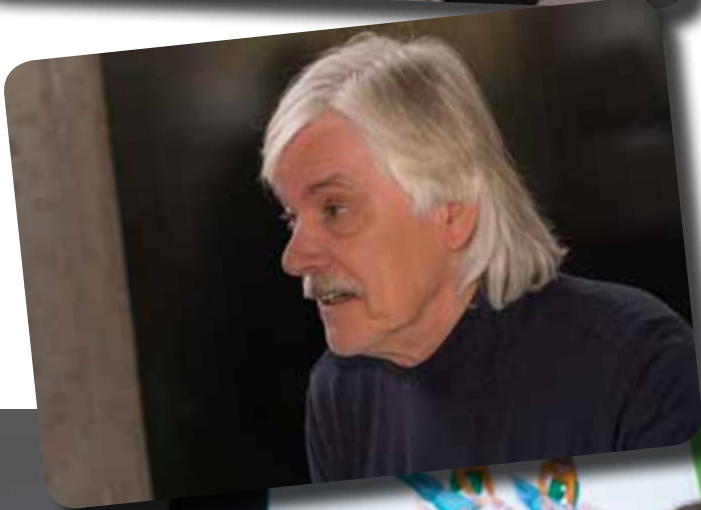
Hinweis:

Unter www.definetz.online gibt es ein Defi-kataster. Nach Eingabe des Standortes kann man auf einer Karte sehen, wo der nächste Defibrillator zu finden ist.

Bleibt gesund!
Stefanie



















Sektionsteam Mitte
Stefan Wünnemann, Gerd Niehaus und Volker Gross

mitte@morgan-club.de

Newsletter Edi Stampfel