

Frauenplausch, Erste Hilfe und Reanimation

Ein Erste-Hilfe-Kurs im Pfarreisäli Gross zeigte eindrücklich, wie wichtig rasches und richtiges Handeln im Notfall ist.

Mitg. Am Montagabend, 20. April, versammelte sich eine stattliche Anzahl von 15 Frauen im Pfarreisäli Gross. Priska Kälin, welche den Abend organisiert hatte, begrüßte die Runde und gab das Wort auch gleich an Sonja Reichmuth weiter. Auch sie begrüßte alle und schon ging es los. Sie fragte, wie man sich fühlt, wenn man an einen Unfall herankommt. Weiss jede, was zu tun ist, würde sie sich sicher fühlen? Ziemliches Schweigen war die Antwort, oder Kopfschütteln.

Wir lernten hierauf, was zu tun ist bei einer Blutung. Sonja erklärte die verschiedenen Arten vom Stoppen einer Blutung. Auch wenn man zum Beispiel auf einer Wanderung unterwegs ist, hat man Sachen dabei, die einem als Hilfe dienen. Was aber am ganzen Abend das Wichtigste war: die eigene Sicherheit! Und der Leitsatz Sehen – Denken – Handeln.

Kein GABI mehr

In früheren Jahren lernte man noch das GABI. Dies wurde inzwischen aber abgelöst durch X A B C D. Sonja erklärte uns die einzelnen Buchstaben und ihre Bedeutung dahinter. Wichtig dabei ist, dass man möglichst schnell den Rettungsdienst alarmiert. Ist die Person bewusstlos, sollte sofort mit der Reanimation begonnen werden. Auch hier sollte man nicht zu scheu sein, dies zu machen. Man kann nichts falsch machen. Nur nichts machen ist falsch.



Voller Einsatz bei der Ersten Hilfe.

Foto: zvg

Wir lernten Schritt für Schritt das Vorgehen einer Reanimation. Nachdem Sonja alles gezeigt hatte, konnten wir ebenfalls «anpacken» und an den Puppen üben. Schnell wurde klar, dass es schnell anstrengend wird und man ins Schwitzen kommt. Dreissig Mal drücken und dies nicht gerade wenig fest, geht in die Arme. Damit man das richtige Tempo hat, gibt es Lieder wie «Staying Alive», welche die richtige Schnelligkeit hat. Der Titel passt ironischerweise auch dazu.

Umgang mit Defibrillator

Ein Thema war auch der Einsatz eines Defibrillators. In Gross werden in nächster Zukunft an

verschiedenen Standorten insgesamt fünf Geräte zur Verfügung stehen. Es wird Schritt für Schritt erklärt, was man als nächstes zu tun hat. Auch hier gilt: man kann nichts falsch machen.

Sonja erzählte einiges aus ihrer Erfahrung und Einsätzen als Pistenpatrouilleurin und First Responder. Es war sehr interessant, ihr zuzuhören. Auch gab es weiterhin Fragen, unter anderem zu verschiedenen Lagerungen in verschiedenen Notsituationen.

Kurz nach halb Neun schienen alle Fragen beantwortet zu sein und der Kurs wurde mit dem Bedanken und einer Flasche Wein an Sonja geschlossen.