

„Ansprechen, anfassen!“

Übungsleiter der Schwimmabteilung machen den Rettungsschwimmschein

Man findet sie immer wieder: Meldungen in den Nachrichten oder der Tageszeitung, dass ein Kind beim Baden im See oder sogar in der Schwimmstunde ertrunken ist. Allein im letzten Jahr endeten laut DLRG 460 von etwa 1240 Fällen tödlich.

Wir als Übungsleiter der Schwimmabteilung des TSV Vaterstetten wollen im Notfall nicht hilflos daneben stehen müssen. Deshalb haben wir bereits in der letzten Saison angefangen unsere Kenntnisse beim Kurs für den Rettungsschwimmer aufzufrischen. Neben den Übungsleitern durften sich auch alle Aktiven der Leistungsgruppen 1 und 2 beteiligen, um diesen, je nach Alter, in Gold, Silber oder Bronze zu erwerben.

In zweimal 1 ½ Stunden wurden die Teilnehmer bereits im Februar von Herrn Krem mit den Grundsätzen der Wasserrettung vertraut gemacht. Angefangen bei dem, wo man am wenigsten falsch machen kann: Notruf absetzen! Daraufhin wurden dann die verschiedensten Szenarien durchgespielt. „Ertrinkende“ mussten werden, da sie entweder einen bewusstlos waren. Weitere musste bringen, um sein eigenes Leben nicht mussten aus dem Wasser gehoben werden. Bei den ganzen Übungen sogenannten Befreiungsgriffe gelegt, anschließend natürlich auch geübt verinnerlicht, wurde das Gleiche im wiederholt. Mit dem Erlernen dieser ersten Schritt in Richtung



an den Beckenrand geschleppt Krampf hatten oder bereits man mit Hilfsmitteln an Land zu gefährden. Wiederum andere und in stabile Seitenlage gebracht wurde besonders Wert auf die die vorerst im Trockenen gezeigt und wurden. Hatte man den Ablauf Wasser immer und immer wieder Rettungsmethoden hatten wir den Rettungsschwimmschein geschafft.

Der zweite Teil bestand darin bestimmte schwimmerische Leistungen nachzuweisen. Dazu musste auch je nach Grad des Scheins zwischen 15 und 30 Meter weit getaucht werden. Nachdem diese Hürde ebenfalls geschafft war, mussten alle, auf Grund der laufenden Wettkampfsaison, die Ausbildung vorübergehend unterbrechen.

Erst zu Beginn dieses Schuljahres haben wir zum Endspurt angesetzt. Ausstehend war der große Erste-Hilfe-Kurs, den alle in einem zweitägigen Seminar des BRK in Vaterstetten absolviert haben. Am ersten Tag wurden die Themen Schlaganfall, Herzinfarkt, stabile Seitenlage und Reanimation behandelt. Natürlich wurde wieder ganz klein beim einfachen Notruf angefangen, den jeder von uns absetzen kann. Sehr theoretisch wurde der Kurs beim Thema der Rechtlichen Folgen, was allerdings durch praktische Übungen im Bereich der Herz-Lungen-Wiederbelebung und reichlich Spaß ausgeglichen wurde. Der zweite Tag begann mit einer kleinen Wiederholung des Vortages und wurde dann aus unserer Sicht besonders interessant, da hier auch speziell auf Wasserunfälle eingegangen wurde. Daneben haben wir auch einen Einblick in den komplexen Bereich der Versorgung eines Motorradfahrers bekommen. Zudem haben wir uns mit Übungen den



Spaß bei den Übungen zur Wundversorgung

verschiedensten Möglichkeiten der Wundversorgung angenähert. Nach einigen Fallbeispielen, die aus eigenen Reihen schauspielerisch sehr gut dargestellt wurden, hatte jeder den letzten Schritt zum Rettungsschwimmer geschafft.

Jetzt sind wir alle für den Fall der Fälle gerüstet. Jedoch hoffen wir, dass es nie soweit kommen wird und wir unser Wissen anwenden müssen.



Die Absolventen des Erste-Hilfe-Kurs mit ihren versorgten Wunden.

Jennifer Maurer