

## Memo Atemspende & CPR

- Atemkontrolle**
- Mundraum einsehen und ggf. Fremdkörper o. Prothesen entfernen
  - Esmarch-Handgriff: Kopf nach hinten Neigen, Kinn anheben, Position halten.
  - Atembewegung sichtbar?
  - Atembewegung fühlbar?
  - Atemluft spürbar?

- Notruf**
- Internationaler Notruf: 112
  - Wer? Was? Wieviel? Wo? Wie erreichbar?
  - Nicht auflegen! Auf Rückfragen warten!

- Atemspende**
- Esmarch-Handgriff
  - Luft langsam einblasen
  - 2x Atemspende (5x initial)

- Herzmassage**
- Mitte Brustbein ansetzen
  - 100x pro Minute
  - Kompressionstiefe 4–5 cm

**CPR** (Cardiopulmonale Reanimation)

**mit einem Helfer**  
abwechselnd  
30 x Herzdruckmassage  
und 2 x Atemspende

**mit zwei Helfern**  
**1. Helfer**  
30 x Herzdruckmassage  
**2. Helfer**  
2 x Atemspende  
Bei Ermüdung wechseln

www.sicherheit-beim-kanusport.de

## Ertrinkungsunfall

Bewusstseinslage der Person?

Ansprechbar

Nicht Ansprechbar

**Um Hilfe Rufen**

Behandlung von  
Schock  
Unterkühlung  
Verletzungen

Atemwege frei machen  
Atmung kontrollieren

**Notruf**

Normale  
Atmung vorhanden

Keine normale  
Atmung vorhanden

Behandlung von  
Schock  
Unterkühlung  
Verletzungen  
Stabile Seitenlage  
Lfd. Kontrolle der  
Vitalzeichen

5 x Atemspende  
abwechselnd  
30 x Herzdruckmassage  
und 2 x Atemspende  
**(CPR)**

www.sicherheit-beim-kanusport.de

nach Dr. H. Hohn