

Erste-Hilfe-Kurs

Sulzbach 28.01.2012

Nein, das Foto stammt nicht vom letzten Kostümfest der Belegschaft des Krankenhauses Bad Soden.

Es zeigt die teilnehmenden Wanderlosen an einem Erste-Hilfe-Kurs am vergangenen Samstag. Eine Wespenattacke und ein Knochenbruch bei einer Wanderung im letzten Jahr waren die Motivation für die Durchführung des Kurses. „Es kann ja immer etwas passieren und dann muss man sich abseits



der Ortschaften und Strassen selbst helfen können“, sagte die Wanderwartin und organisierte einen Erste-Hilfe-Kurs für die Interessierten.

Im Kurs, den die sehr kompetente Kursleiterin Yvonne interessant und abwechslungsreich mit vielen praktische Übungen gestaltete, wurden unsere Kenntnisse aus dem zum Teil Jahrzehnte zurückliegenden Kurs beim Erwerb des Führerscheins auf den neuesten Stand gebracht. So erfuhren wir nicht nur, dass Verbandsmaterial ein Ablaufdatum hat, wir mussten auch feststellen, dass unser eigenes Wissen zur Ersten Hilfe schon teilweise abgelaufen war.

Zu Beginn wurden uns Verletzungen „beigebracht“, die es zu Verbinden galt. Von Kopf und Auge über Arm, Finger, Knie Unterschenkel und Fuß war alles dabei. Die Versorgung hatte eigentlich recht gut geklappt, einzig der Verband der Kinnverletzung führte beinahe zur Strangulation des Verletzten. Das beim Anlegen von Druckverbänden die eine oder andere Hand blau anlief, war ein lehrreicher Effekt. Wir lernten die wirkungsvolle Abhilfemaßnahmen kennen: zur Lockerung einfach den Verband leicht einschneiden.

Für die Mittagsverpflegung hatte die Wanderwartin gesorgt. Sie hatte eine sehr leckere Suppe aus weißen Bohnen und allerlei gesunden Zutaten bereitet. Und als Nachspeise gab es eine köstliche Creme aus Quark und Sahne mit Eierlikör und Schokoladenstückchen.

Nach dem Essen wurde Theorie z.B. zu den Themen Vergiftungen, Verätzungen und Sonnenstich vermittelt. Das Thema Atemnot als Folge von Verschlucken wurde ebenfalls nur theoretisch behandelt, weil insbesondere die

praktische Übung der Bauchkompression zu katastrophalen Ergebnissen für die Bohnensuppe geführt hätte.

Eine besondere Erfahrung war das Thema Wiederbelebung. Hierzu konnte jeder an einem Dummy Herzmassage und Mund-zu-Mund-Beatmung üben. Wir erlebten, wie viel Energie diese Maßnahme dem Helfer abverlangt. Spätestens da hatte die Mund-zu-Mund-Beatmung ihren vermeintlichen Reiz verloren.

Mit zwei Fallbeispielen endete der Kurs. Während die Helfer beim ersten Fall sehr gut agierten, gab es beim zweiten Fall eine Panne. Die stark blutende Handverletzung wurde noch versorgt, aber im Eifer wurde eine Person mit einem Krampfanfall in der Nähe völlig übersehen. Erst als diese zu Boden sank, wurde man aufmerksam. Alles in allem war der Kurs sehr interessant und hilfreich.

Unser besonderer Dank gilt Yvonne für die sehr gute Kursgestaltung.

Bei unserem Dank sollen aber auch die Bäckerinnen, die uns mit leckerem Kuchen versorgt haben, die Kaffee- und Wasserspenderinnen und natürlich auch die Wanderwartin mit dem leckeren Mittagessen nicht vergessen werden

Die Vollzeit- und Teilzeitmitglieder der TSG möchten sich für die Möglichkeit, am Kurs teilzunehmen, auch bei allen Organisatoren und Verantwortlichen bedanken.

Die Rezepte zum Eintopf und zur Nachspeise sind unter der Adresse

http://wandern.tsg-sulzbach.de/wp-content/uploads/A_Rezepte.pdf zu finden.