

KURSNORMEN DES VEREINS RESQ

Niveau 1 für die Laienausbildung im Rettungswesen

**(Nothilfe in verschiedenen Situationen
inkl. BLS¹ nach SRC²)**

„Kursnormen Niveau 1“

¹ BLS = Basic Life Support

² SRC = Swiss Resuscitation Council

Inhaltsverzeichnis

1.	Allgemeine Zielsetzung.....	3
2.	Zielpublikum.....	3
3.	Ausbildungsinhalte	3
3.1.	Übersicht verschaffen	3
3.2.	Alarmierung.....	3
3.2.1.	Kenntnisse der Kontaktstellen: Rettungsdienste, Polizei, Feuerwehr	3
3.2.2.	Meldevorgang	3
3.2.3.	Anweisungen der professionellen Dienststellen entgegennehmen	4
3.3.	Selbstschutz, Sicherheit, Hygiene	4
3.3.1.	Gefahren	4
3.3.2.	Gesundheitliche Gefahren	4
3.3.3.	Gefahren von unkontrollierten Reaktionen.....	4
3.3.4.	Psychologische Probleme / Gefahren	4
3.3.5.	Hilfs- und Schutzmöglichkeiten	5
3.4.	Primäres ABC(D) (Patientenbeurteilung und LESOMA)	5
3.4.1.	Vorgehen	5
3.4.2.	Basis (BLS ¹)	5
3.4.3.	Lagerung	5
3.4.4.	Weitere Massnahmen	5
3.5.	Stressbewältigung (teilweise integriert in übrige Themen)	5
3.6.	Hintergrundwissen Anatomie / Physiologie / Pathophysiologie (teilweise integrierter Inhalt der übrigen Themen)	6
3.7.	Rechte und Pflichten	6
3.8.	Weitere Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten	6
4.	Methodisches / didaktisches Vorgehen	6
5.	Lehrmaterial	7
6.	Prüfung und Wiederholungsmöglichkeiten	7
7.	Kursdauer	7
8.	Kursbescheinigung	7
8.1.	Gültigkeitsdauer der Kursbescheinigungen.....	7
9.	Anforderungen an Kursanbieter	8
9.1.	Anforderungen an Kursanbieter und Auszubildende.....	8
9.2.	Gültigkeitsdauer	8
	Literaturnachweis.....	8

1. Allgemeine Zielsetzung

Die Ausbildung zum Erreichen von Niveau 1 soll jedermann ermöglichen, **Nothilfe** (erste allgemeine Massnahmen bei einer Notsituation, inkl. BLS) zu leisten. Nothilfe soll auf der Strasse, am Arbeitsplatz, bei Freizeit und Sport, im Haushalt, in der Armee und in der Katastrophenhilfe geleistet werden können. Jedermann soll fähig sein, in verschiedenen Situationen (bei Unfällen und medizinischen Vorfällen [Herzinfarkt], etc.) das Richtige zur richtigen Zeit zu tun und die Zeit sinnvoll zu nutzen, bis professionelle Hilfe eintrifft.

2. Zielpublikum

Jedermann ab 12 Jahren,
Neulenker und Neulenkerin.

3. Ausbildungsinhalte

3.1. Übersicht verschaffen

Ziel: Der Teilnehmer kann potenzielle und bestehende Gefahren erkennen, die vorhandenen Informationen erfassen und erste Massnahmen einleiten.

Inhalte: Schweregrad der Unfallsituation erfassen:
- Menge der Verletzten abschätzen
- Vorhandene Helfer feststellen
- Vorhandene Mittel am Unfallort erfassen.

3.2. Alarmierung

Ziel: Korrekte Alarmierung mit allen notwendigen Angaben, damit möglichst schnell das richtige Personal und das richtige Material auf dem Notfallplatz eintreffen. Zudem soll der Laienhelfer Anweisungen der professionellen Kontaktstelle entgegennehmen und umsetzen können.

Inhalte:

3.2.1. Kenntnisse der Kontaktstellen: Rettungsdienste, Polizei, Feuerwehr

3.2.2. Meldevorgang

- **Wer?** Name, Tel.-Nr. und Adresse der anrufenden Person, Firma oder Institution
- **Was?** Ereignis: Verkehrs-, Betriebs-, Sport-, Haushaltsunfall etc. Brand, Explosion, Überfall usw. Akute Erkrankung (medizinischer Notfall)
- **Wann?** Zeit des Geschehens
- **Wo?** Einsatzort: genaue Ortsangabe, genaue Adresse (optimaler Zufahrtsweg, Treffpunkt, Hauseingang beleuchten, Ambulanz einweisen)

- **Wie viele?** *Anzahl der Patienten und Alterskategorie*
Zustand der Patienten / Art der Verletzung: ansprechbar oder bewusstlos, Bewegungen (Lebenszeichen), Atmung, Kopfverletzung, Verbrennung usw.
- **Weiteres?** *Besondere Bergung des Patienten erforderlich:* Ist der Patient eingeklemmt, verschüttet etc.?
Gefahren am Einsatzort: Rauchentwicklung, Feuer, Explosionsgefahr, Strom, Wasser, Gas, Glatteis, auslaufende Flüssigkeit, toxische Stoffe
Gefahrgut = orange Tafel mit Ziffer
Wenn Luftrettung erforderlich: Landeplatz, Wetter, Hindernisse.

3.2.3. Anweisungen der professionellen Dienststellen entgegennehmen

3.3. Selbstschutz, Sicherheit, Hygiene

Ziel: Der Teilnehmer erkennt mögliche Gefahren, um weder sich selbst als Helfer noch den Patienten zusätzlich zu gefährden, und kann einfache Schutzmassnahmen ergreifen.

Inhalte:

3.3.1. Gefahren

z. B. Strassenverkehr

- laufender Strassenverkehr, Sicherung der Unfallstelle, Gefahren für Helfer und Patient (weitere Retter) erkennen
- auslaufende Produkte, Stoffe
- elektrischer Strom (Elektrofahrzeuge, Tram).

z.B. Haushalt / Industrie / Militär / Freizeit

- elektrischer Strom
- giftige Flüssigkeiten, gasförmige Stoffe
- bewegliche Güter, Krananlage etc.
- mögliche unsichtbare Gefahren (Strahlen, Gase, Explosionsgefahr).

3.3.2. Gesundheitliche Gefahren

z.B. Kontakte mit Blut / Ausscheidungen

- mögliche Krankheiten wie Hepatitis, HIV, Tbc etc.

3.3.3. Gefahren von unkontrollierten Reaktionen

- z.B. nicht voraussehbare Reaktionen eines Patienten, Angehörigen oder Mitbeteiligten sowie der Zuschauer.

3.3.4. Psychologische Probleme / Gefahren

- z.B. Ekel
- z.B. Zweifel, ob richtige Handlung / Massnahmen, Schuldgefühle.

3.3.5. Hilfs- und Schutzmöglichkeiten

Hilfsmittel und Massnahmen

- Beatmungsmaske, Tuch etc.
- Handschuhe
- eventuell nicht beatmen, sondern nur Thoraxkompression
- Rettungsrufe (bei eventuellen Gefahren Patienten in Sicherheit bringen)
- Pannendreieck
- Beschränkung von Bergung und Umlagerung der Unfallopfer (nur in akuten und lebensbedrohlichen Situationen vornehmen).

3.4. Primäres ABC(D) (Patientenbeurteilung und LESOMA)

Ziel: Der Teilnehmer kann die Patientenbeurteilung nach einfachen Schemen und die ersten Vorkehrungen zur Aufrechterhaltung oder Wiederherstellung der unmittelbar lebensnotwendigen Vitalfunktionen vornehmen sowie die wichtigsten Handlungsabläufe definieren.

Inhalte:

3.4.1. Vorgehen

nach Algorithmen A B C und Blutstillung ⇒ siehe Seite 9

3.4.2. Basis (BLS¹)

BLS (Modul) 5 Std. inkl. Prüfung.

3.4.3. Lagerung

- | | | |
|----------------------|---|--|
| - Patient wach | → | nach seinen Wünschen (nur wenn kein Verdacht auf Wirbelsäulenverletzung besteht) |
| - Patient bewusstlos | → | Bewusstlosenlagerung |
| | → | HWS ² stabilisieren |
| | → | Einschränkungen bei Wirbelsäulenverletzungen |

3.4.4. Weitere Massnahmen

Prävention oder Vermeidung von Komplikationen, Massnahmen einleiten bei speziellen Situationen, Brustschmerzen (Verdacht auf Herzinfarkt, Angina Pectoris), Verbrennung, Schlaganfall, Frakturen, Wirbelsäulen-Verletzungen etc.

3.5. Stressbewältigung (teilweise integriert in übrige Themen)

Ziel: Der Teilnehmer kann mögliche Stresssituationen erkennen und situationsangepasst reagieren.

Inhalte:

- Begriffe und Definitionen
- Stress, Ängste und Gefühle von Patient und Helfer
- Ekel und Hemmungen
- "psychologische Erste Hilfe"

¹ BLS = Basic Life Support

² HWS = Hals Wirbel Säule

- Grundelemente bezüglich Kommunikation (z.B. im Umgang mit Kultur und verschiedenen Sprachen) in Notfallsituationen
- Grundbedürfnisse von Notfallpatienten, Patientenwahrnehmung
- Grundlagen einer organisierten Zusammenarbeit sowie Grundsätze der Aufgabenverteilung am Unfallort
- Ablaufschemen bezüglich Vorgehen (psychische Verarbeitung)
- Mögliche Kontaktadressen für die Stressbewältigung

Bemerkung: Wird anhand konkreter Praxisbeispiele vermittelt.

3.6. Hintergrundwissen Anatomie / Physiologie / Pathophysiologie (teilweise integrierter Inhalt der übrigen Themen)

Ziel: Der Teilnehmer hat gehört / ist orientiert über Aufbau und Funktion des gesunden menschlichen Körpers sowie über dessen Störungen und Symptome.

Inhalte:

- Herz-Kreislauf-System: Kreislaufapparat, Herz
- Atmungssystem: Lunge, Atemwege, Atemmechanismus
- Nervensystem: Gehirn, Rückenmark.

3.7. Rechte und Pflichten

Ziel: Der Teilnehmer kennt die Grundlagen der gesetzlichen Nothilfe.

Inhalt: Je nach Situation (z.B. Schweiz. Strafgesetzbuch oder Unterlassung der Nothilfe des Bundesgesetzes Ziff. 1, Art. 128).

3.8. Weitere Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten

Ziel: Der Teilnehmer ist über weitere Bildungs- und Kursangebote sowie über deren Sinn und Zweck informiert.

Inhalte:

- Stellenwert des Laieneinsatzes innerhalb der Rettungskette
- Ziel und Zweck der verschiedenen Angebote im Rettungswesen
- Voraussetzungen für den Besuch der einzelnen Kurse resp. der Niveaus
- Gültigkeitsdauer der Kurse und deren Wiederholungsmöglichkeiten
- Einsatzmöglichkeiten nach dem Besuch der einzelnen Niveaus und der Zusatzangebote.

4. Methodisches / didaktisches Vorgehen

- Praktische Fertigkeiten sind anhand von Fallbeispielen zu üben (etwa 70% der Kurszeit ist für praktisches Üben vorzusehen).
- Wissensvermittlung anhand verschiedener Medien
- Wissensvermittlung anhand von formativen Erfolgskontrollen (Standortbestimmungen) überprüfen
- Motivation für die Laienhilfe fördern und deren Stellenwert innerhalb der Rettungskette wiederholt aufzeigen.

5. Lehrmaterial

- Rea-Fantome (Qualitätsüberprüfung gemäss SRC-Normen, z.B. Kontrollstreifen)
- Wünschbar sind einheitliche Ausbildungsunterlagen mit Themen / Inhalten, Zielen / Zeiten.
- Moulagen, Überstreckungsmodell
- Verschiedenste Medien für die Stoffvermittlung (z.B. Demo – Video)
- Taschenmaske, Handschuhe
- Anatomische Modelle, Plakate, Folien etc.

6. Prüfung und Wiederholungsmöglichkeiten

- Praktische Fertigkeiten anhand von Fallbeispielen und Prüfung BLS.
- Wiederholung der Prüfung nach Besuch von zusätzlichen Lektionen.

7. Kursdauer

Insgesamt 15 Stunden inkl. Prüfungszeit.

8. Kursbescheinigung

Der Kursanbieter bestätigt dem Teilnehmer/der Teilnehmerin den Besuch des Nothilfekurses durch die Abgabe einer Kursbescheinigung. Diese darf nur beim lückenlosen Unterrichtsbesuch abgegeben werden. Der Inhalt der Bescheinigung richtet sich nach den Weisungen des Bundesamts für Strassen über Kurse in lebensrettenden Sofortmassnahmen für Führerausweisbewerber (Nothilfekurse) und Ausbilderkurse vom 23. März 2005 (www.astra.admin.ch/media/pdfpub/2005-03-23_2373_d.pdf).

8.1. Gültigkeitsdauer der Kursbescheinigungen

Die Gültigkeitsdauer des Nothilfekurses beträgt für den Antrag Lehrfahrausweis sechs Jahre.

BLS nach SRC ist alle zwei Jahre zu wiederholen.

9. Anforderungen an Kursanbieter

9.1. Anforderungen an Kursanbieter und Ausbildende

Die Anforderungen an Kursanbieter und Ausbildende richten sich nach dem:

- Reglement des Vereins ResQ über das Verfahren der Kompetenzzertifizierung für Ausbilderinnen / Ausbilder „Nothilfe in verschiedenen Situationen“ inklusive BLS nach SRC (Niveau I) vom 2. Mai 2005;
- Reglement des Vereins ResQ über das Verfahren der Kurszertifizierung „Nothilfe in verschiedenen Situationen“ inklusive BLS nach SRC (Niveau I) vom 2. Mai 2005

9.2. Gültigkeitsdauer

- Die Gültigkeitsdauer der zertifizierten Kurse und der zertifizierten Ausbildenden beträgt jeweils vier Jahre
- Zur Gültigkeitsdauer „BLS und AED“ sind die SRC-Normen zu beachten.

Literaturnachweis

- Swiss Resuscitation Council SRC, Kursanforderungen 2002

Verabschiedet vom Steuerungsausschuss des Projekts „Zertifizierungsstelle für die Laienausbildung im Rettungswesen“ am 15. Januar 2003

Genehmigt von der SMEDREC am 16. Januar 2003

ABCD-Schema für Ersthelfer

Das Schema befindet sich zur Zeit in Überarbeitung. Bei Fragen wenden Sie Sich bitte an die Zertifizierungsstelle ResQ, Tel. 031 960 75 93 oder an info@resq.ch.