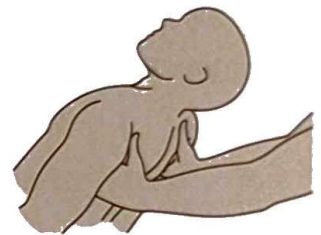


1.6.5 Rettungsgriffe

Ist die zu rettende Person bewusstlos werden folgende Rettungsgriffe angewendet:

Achselgriff

Der oder die Retter:in fasst den Rettling von hinten in den Achselhöhlen. Mit diesem Griff wird der Ertrinkende an die Wasseroberfläche und in Rückenlage gebracht.



Nackengriff

Der Hinterkopf des Rettlings ist so in die nach oben gerichtete Handfläche zu legen, dass sein Nacken zwischen Daumen und Zeigefinger zu liegen kommt. Der Arm bleibt gestreckt. Mit dem freien Arm werden kräftige Armzüge ausgeführt.



Nacken-Stirn-Griff

Eine Hand hält den Hinterkopf des Rettlings (wie beim Nackengriff beschrieben). Die andere Hand wird auf die Stirn gelegt und drückt so den Kopf leicht nach hinten. Die Arme der rettenden Person bleiben gestreckt.

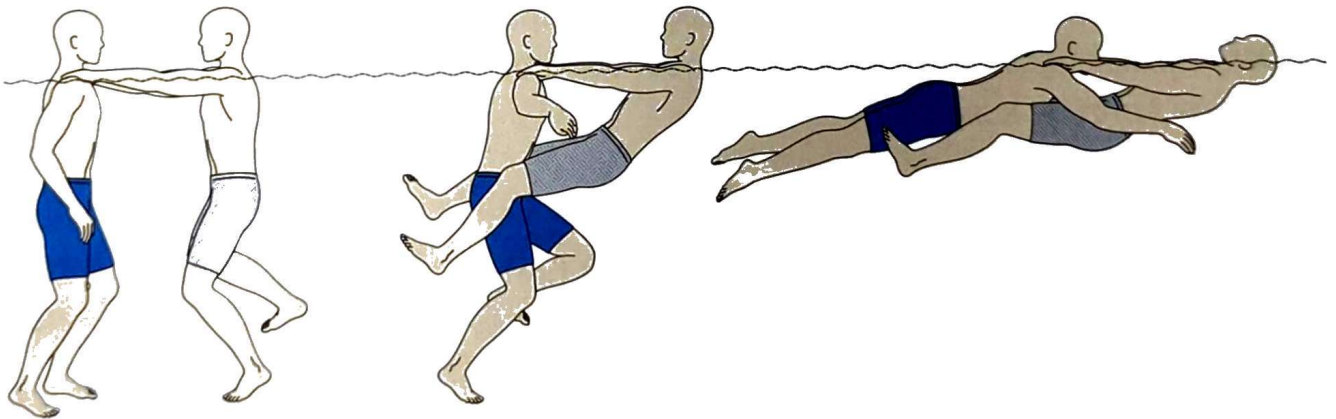


1.6.3 Kleiderschwimmen

Je nach Situation ist es sinnvoll, Kleider nicht auszuziehen, da sie vor Verletzungen schützen können. Bei tiefen Wassertemperaturen werden die Kleider anbehalten, da sie als Isolationsschicht dienen und so das schnelle Abkühlen des Körpers verhindern können. Schwere Jacken jedoch werden in jedem Fall ausgezogen.

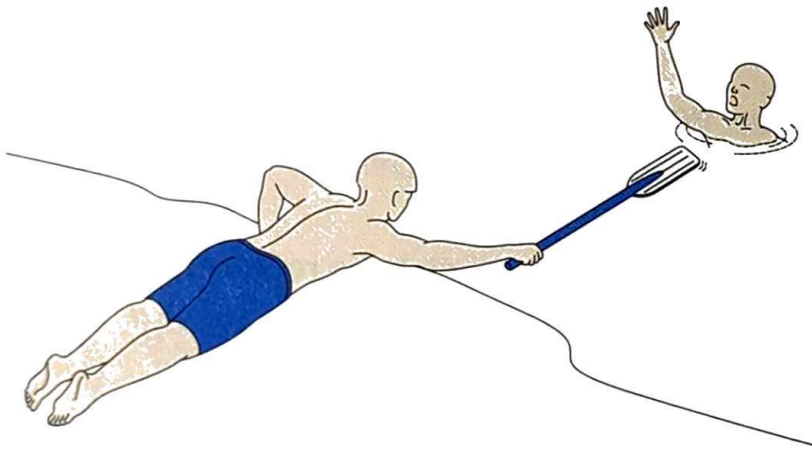
1.6.4 Transportschwimmen

Beim Transportschwimmen helfen wir Schwimmer:innen, das Ufer leichter zu erreichen, wenn diese erschöpft oder von Muskelkrämpfen befallen ist. Die hilfsbedürftige Person ist dabei noch ansprechbar und reagiert vernünftig.



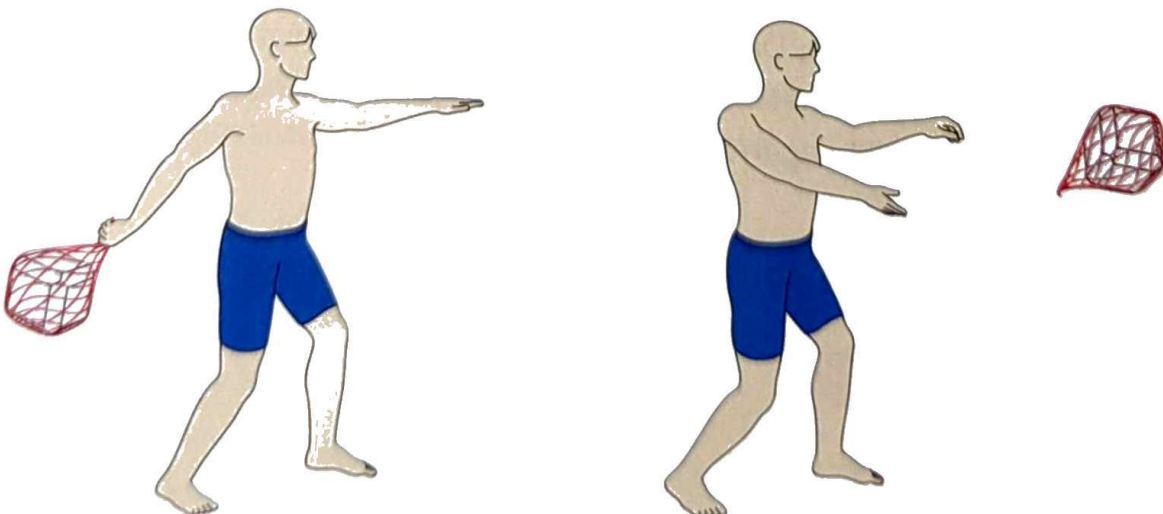
Reichen

Der Rettling ist in Reichweite, aber nicht in der Lage, aus eigener Kraft ans Ufer zu gelangen. Durch Zurufen hat der oder die Retter:in Kontakt mit dem Rettling hergestellt, reicht ihm einen Gegenstand (Ast, Paddel) und zieht ihn damit aus der Gefahrenzone.



Werfen

Befindet sich der Rettling in Wurfweite, so stellt die rettende Person den Kontakt durch Zurufen her. Anschliessend wird dem Rettling mit dem Zuwerfen eines Rettungsmittels (z. B. Rettungsball, -ring, Wurfsack) geholfen.



1.6.6 Rettungsmittel

Gurtretter

Der Gurtretter ist in Seen ein einfaches und vielseitig einsetzbares Rettungsgerät. Er besteht aus einem länglichen, flexiblen Auftriebskörper. An einem Ende befindet sich ein Karabinerhaken, am anderen Ende Ringe und ein Band mit Schlaufe. Der Auftriebskörper wird dem Rettling vom Ufer aus hingestreckt oder hingeworfen. Bei grösseren Distanzen kann der Gurtretter zur Unterstützung der rettenden Person mitgenommen werden.

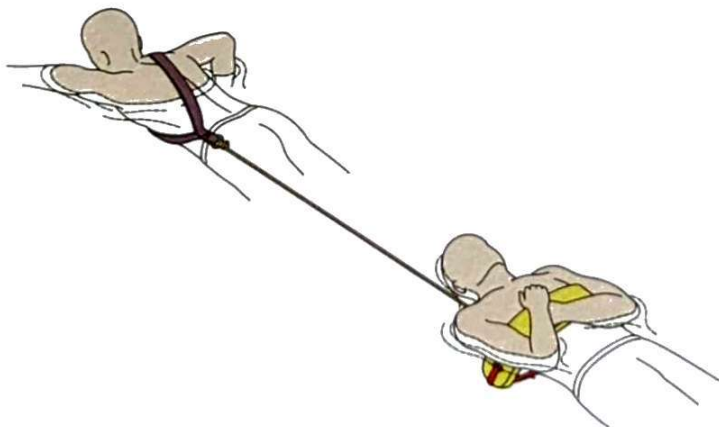
Beim Hineinspringen ins Wasser wird der Gurtretter am besten waagrecht zwischen Brust und Armen eingeklemmt. Die Schlaufe des Bandes ist dabei umgehängt. Der Auftrieb des Gurtretters verhindert bei dieser Art des Hineinspringens ein zu tiefes Eintauchen ins Wasser.



Bei einer kürzeren Distanz zu der verunfallten Person kann der Gurtretter in der Position, in die er für den Sprung gebracht wurde (waagrecht vor der Brust), belassen werden. Die rettende Person schwimmt dann auf dem quergestellten Gurtretter liegend mit ständigem Blickkontakt zum Rettling. Bei längeren Distanzen kann das Gerät auch nachgezogen werden.

Bei der verunfallten Person angekommen, hat die rettende Person grundsätzlich drei Möglichkeiten:

- Sie reicht dem Rettling das Ende des Gurtretters, worauf sich diese am Gerät festhält und in Sicherheit gebracht wird (für diese Methode muss die verunfallte Person bei vollem Bewusstsein sein).
- Sie behält den Gurtretter in der waagrechten Position vor ihrer Brust, nähert sich dem Rettling von hinten, nimmt ihn in den Achselgriff und transportiert ihn in Rückenlage schwimmend ans Ufer (eignet sich vor allem für kurze Distanzen).
- Sie nähert sich dem Rettling situativ und legt dessen Arme über den Gurtretter. Daraufhin sichert der oder die Retter:in den Rettling im Gurtretter, indem die beiden Enden des Auftriebskörpers durch Einklinken des Karabinerhakens in einen der Ringe verbunden werden. Anschliessend schwimmt der oder die Retter:in, den Rettling nachziehend, ans Ufer (eignet sich vor allem für längere Distanzen).



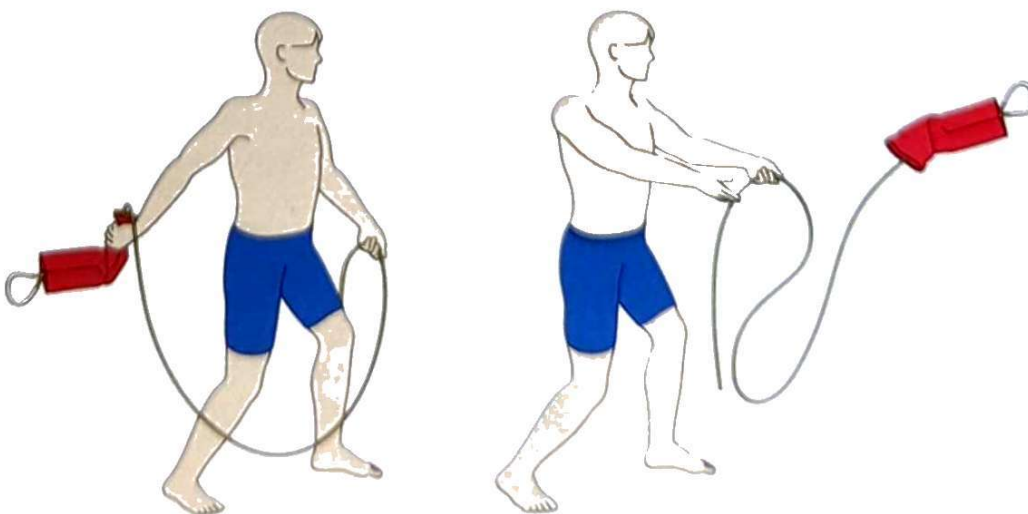
Wurfsack

Der Wurf sack besteht aus einem Sack gefertigt aus reissfestem Stoff, einem Auftriebskörper und einem schwimmenden Seil.

Der Vorteil des Wurf sacks gegenüber anderen Rettungsmitteln mit Seil ist, dass dieses kompakt verstaut ist und sich zudem präzise werfen lässt.

Unmittelbar vor dem Einsatz wird der Wurf sack geöffnet, sodass das Seil ungehindert aus dem Beutel gleiten kann. Der oder die Retter:in hält den Wurf sack in der Wurfhand, zieht 2 bis 3 m Seil aus dem Sack und fixiert dieses dort mit der freien Hand.

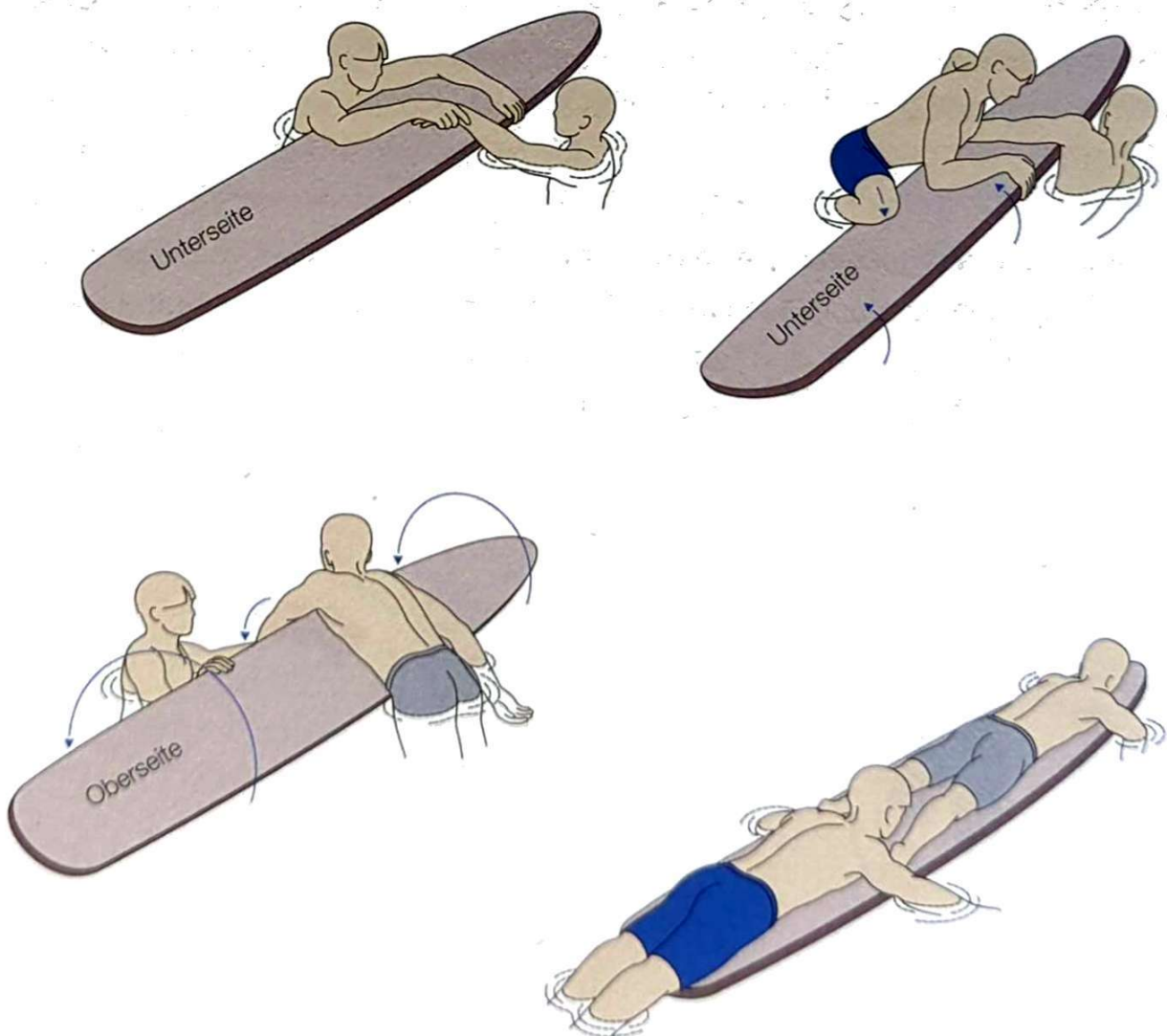
Im Idealfall wird der gestreckte Arm mit dem Wurf sack am Körper vorbeigeführt, weit zurückgenommen und dann mit einem kräftigen Schwung nach vorne gebracht und möglichst über den Rettling hinaus geworfen. Sobald der Rettling das Seil ergriffen hat, wird dieser ans Ufer gezogen.



Surfbrett/Rettungsbrett/Stand Up Paddle Board (SUP)

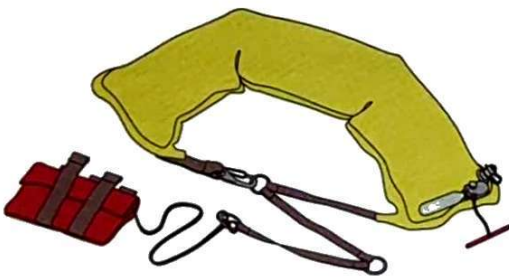
Die rettende Person legt sich bäuchlings auf das Brett. Sie verlagert ihr Gewicht so, dass der Bug des Bretts leicht aus dem Wasser ragt. Zum Antreiben werden die Arme entlang der Seiten des Bretts gezogen.

Ablauf um den Rettling auf das Brett zu bringen.



Restube

Der Restube ist die selbstaufblasende, kompakte Variante zum Gurtretter. Er ist handlich und kann somit permanent und überall getragen werden. Die Handhabung des Restubes ist nach der Auslösung und dem vollständigen Aufblasen (durch eine Druckluftpatrone) identisch mit dem Gurtretter.

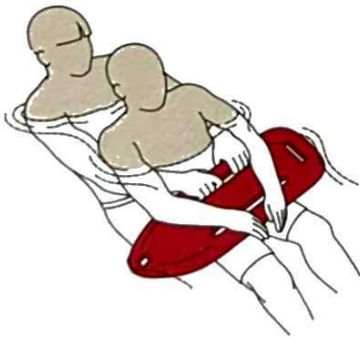


Rettungsboje

Die Rettungsboje wird ebenfalls in Seen eingesetzt. Im Gegensatz zum Gurtretter besteht diese aus einer starren Boje mit seitlichen Haltegriffen. Die Rettungsboje wird beim Hinschwimmen zu der verunfallten Person immer nachgezogen.

Bei der verunfallten Person angekommen, hat die rettende Person grundsätzlich zwei Möglichkeiten:

- Sie reicht dem Rettling die Rettungsboje, worauf sich diese am Gerät festhält und in Sicherheit gebracht wird (für diese Methode muss die verunfallte Person bei vollem Bewusstsein sein).
- Ist der Rettling unfähig sich selbst festzuhalten, schiebt der oder die Retter:in die Boje vor diesen hin und greift von hinten unter seinen Armen hindurch. Die verunfallte Person wird zwischen Retter:in und Boje eingeklemmt und in Rückenlage ans Ufer transportiert.

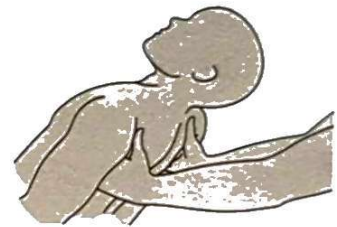


1.6.5 Rettungsgriffe

Ist die zu rettende Person bewusstlos werden folgende Rettungsgriffe angewendet:

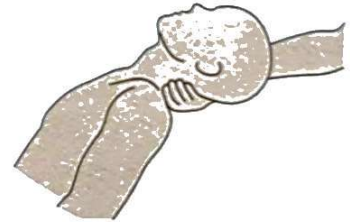
Achselgriff

Der oder die Retter:in fasst den Rettling von hinten in den Achselhöhlen. Mit diesem Griff wird der Ertrinkende an die Wasseroberfläche und in Rückenlage gebracht.



Nackengriff

Der Hinterkopf des Rettlings ist so in die nach oben gerichtete Handfläche zu legen, dass sein Nacken zwischen Daumen und Zeigefinger zu liegen kommt. Der Arm bleibt gestreckt. Mit dem freien Arm werden kräftige Armzüge ausgeführt.



Nacken-Stirn-Griff

Eine Hand hält den Hinterkopf des Rettlings (wie beim Nackengriff beschrieben). Die andere Hand wird auf die Stirn gelegt und drückt so den Kopf leicht nach hinten. Die Arme der rettenden Person bleiben gestreckt.



1.6.7 Transport mit Unterarmgriff an Land (Rautekgriff)

Falls die Situation und der Zustand des Rettlings es erlauben, soll dieser an eine sichere Stelle gebracht werden. Die Wahl der Transporttechnik ist abhängig vom Zustand des Rettlings, der Anzahl der Rettenden sowie der Beschaffenheit des Ufers.

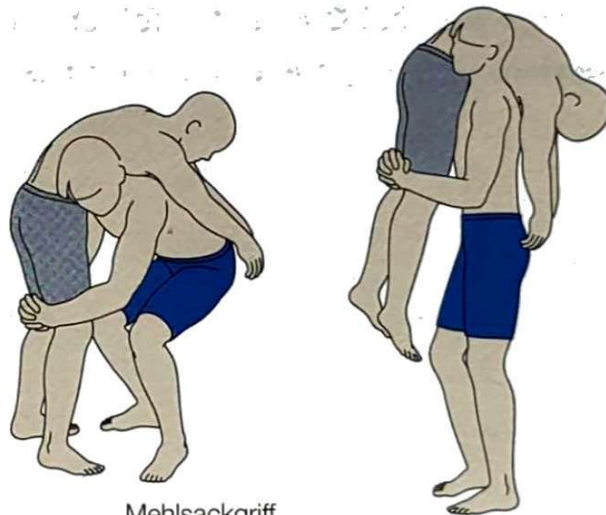
Eine einzelne rettende Person wendet zum Transport am besten den Unterarmgriff an: Der oder die Rettende schiebt von hinten seine Arme unter den Achselhöhlen des Rettlings durch und umfasst von oben mit beiden Händen einen unverletzten Unterarm. Der Rettling kann nun angehoben und rückwärts weggeschleppt werden.

Wenn möglich fasst eine helfende Person die gekreuzten Beine des Rettlings und dieser wird auf Kommando des Retters oder der Retterin angehoben.

Auf diese Weise muss der Rettling nicht geschleift werden und Verletzungen der Füße werden vermieden.



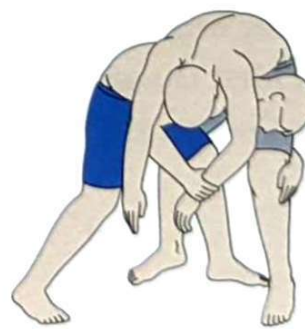
1.6.8 Alternative Transportmethoden an Land



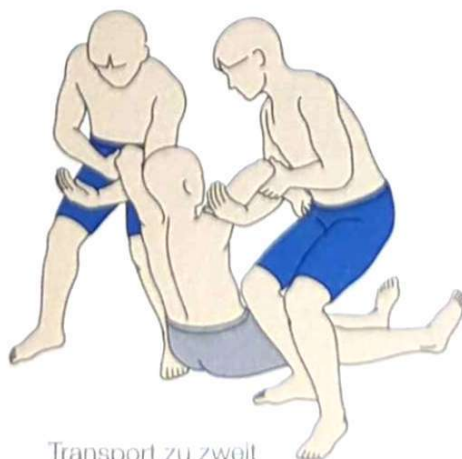
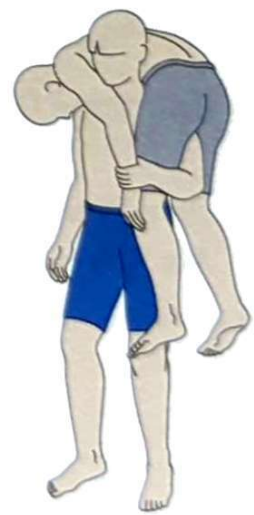
Mehlsackgriff



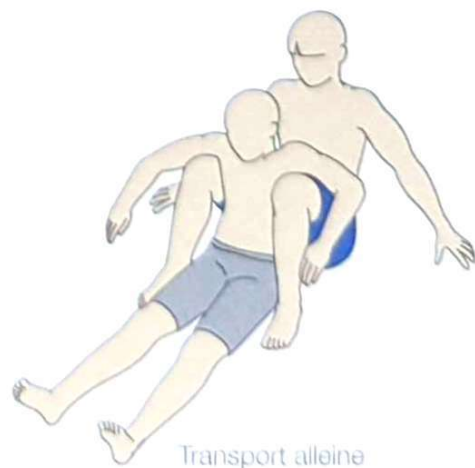
Rückentraggriff



Gamsbockgriff



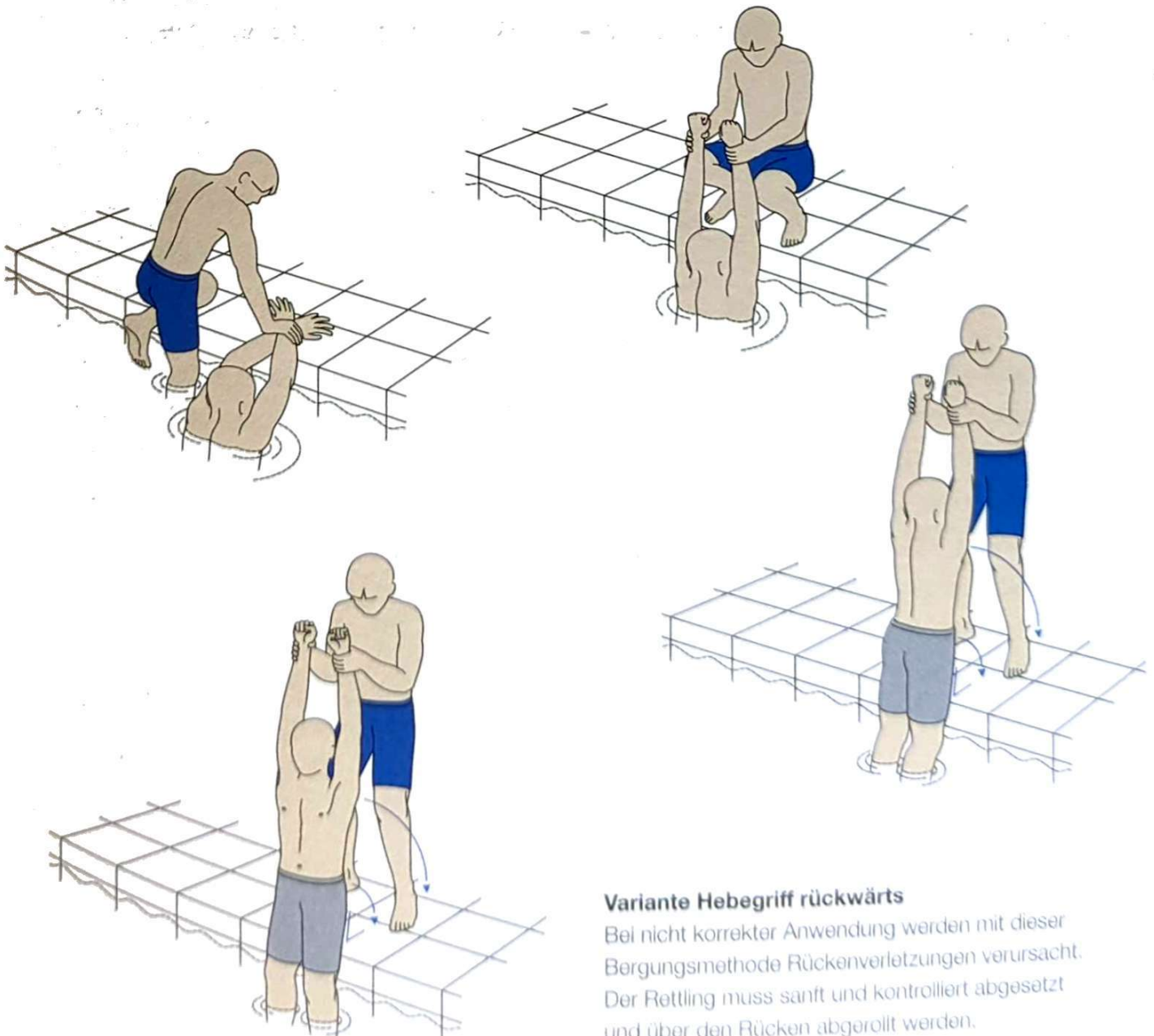
Transport zu zweit



Transport alleine

1.5.2 Aus dem Wasser bringen mit Hebegriff allein

Der Rettling wird im Rettungsgriff an den Beckenrand gebracht. Der oder die Retter:in fasst die Handgelenke des Rettlings, taucht den Körper wenn nötig mehrmals ins Wasser (maximal bis zum Hals; durch das Eintauchen erhält er Schwung und Auftrieb) und zieht den Rettling in Bauchlage über den Rand. Hier wird, sofern nötig, unverzüglich gemäss BLS-AED Algorithmus vorgegangen.



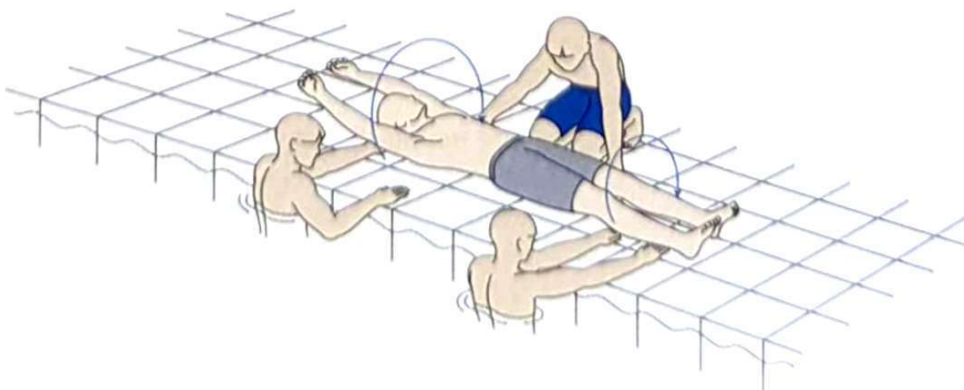
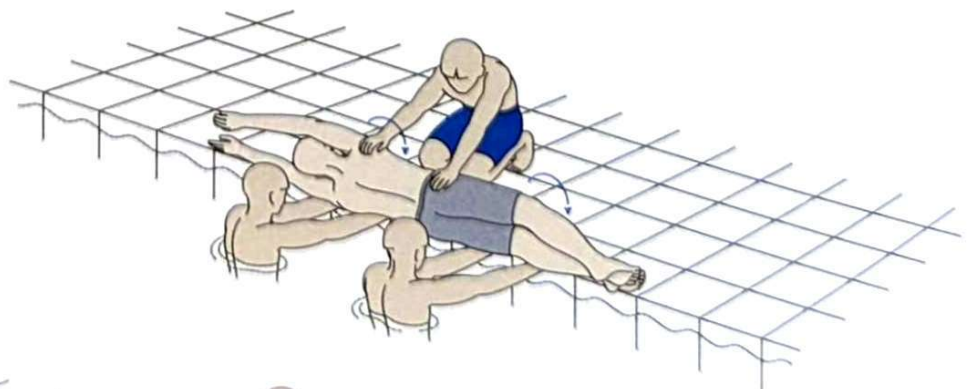
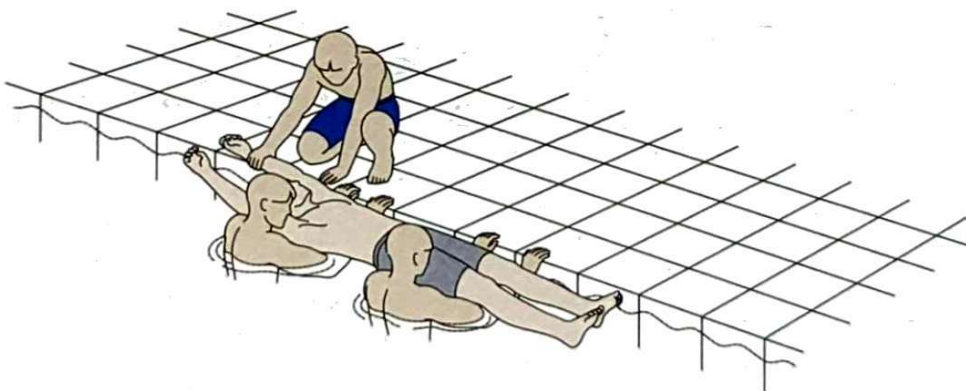
Variante Hebegriff rückwärts

Bei nicht korrekter Anwendung werden mit dieser Bergungsmethode Rückenverletzungen verursacht. Der Rettling muss sanft und kontrolliert abgesetzt und über den Rücken abgerollt werden.



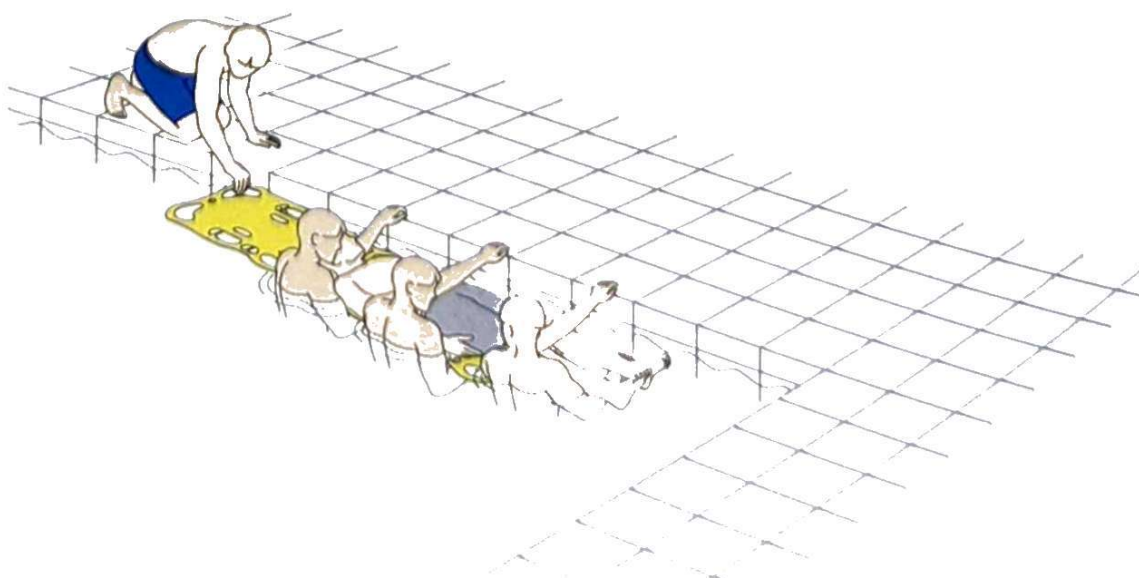
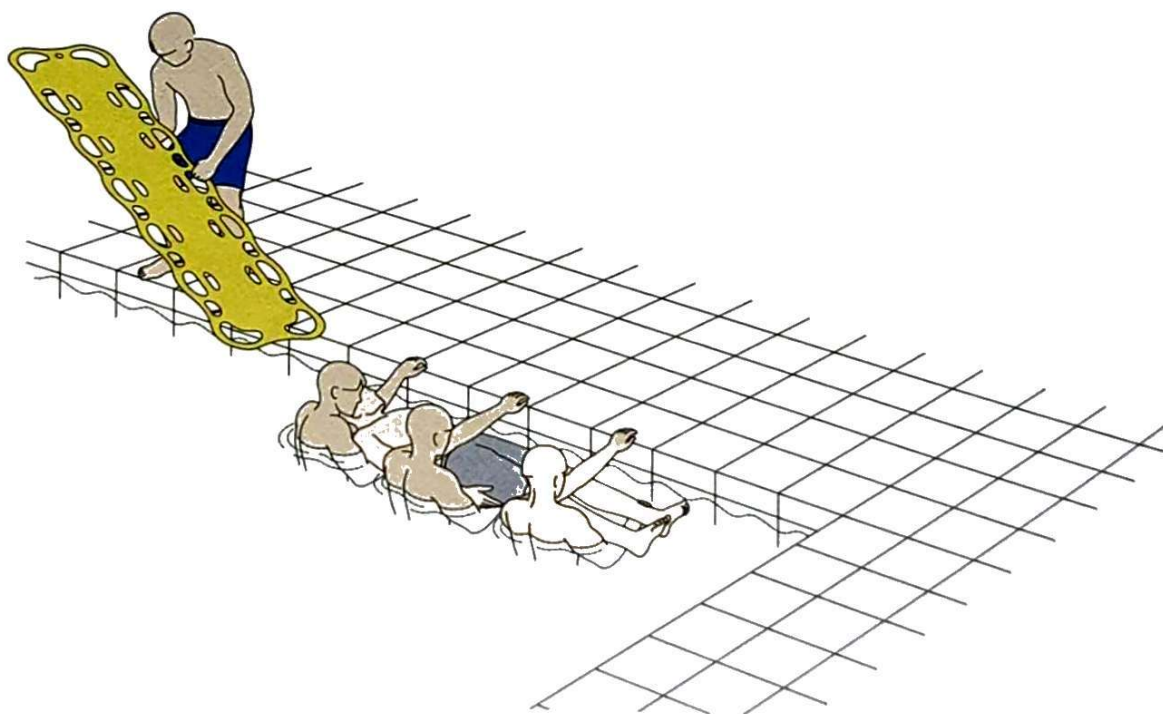
1.5.3 Aus dem Wasser bringen anhand einer Rollbewegung

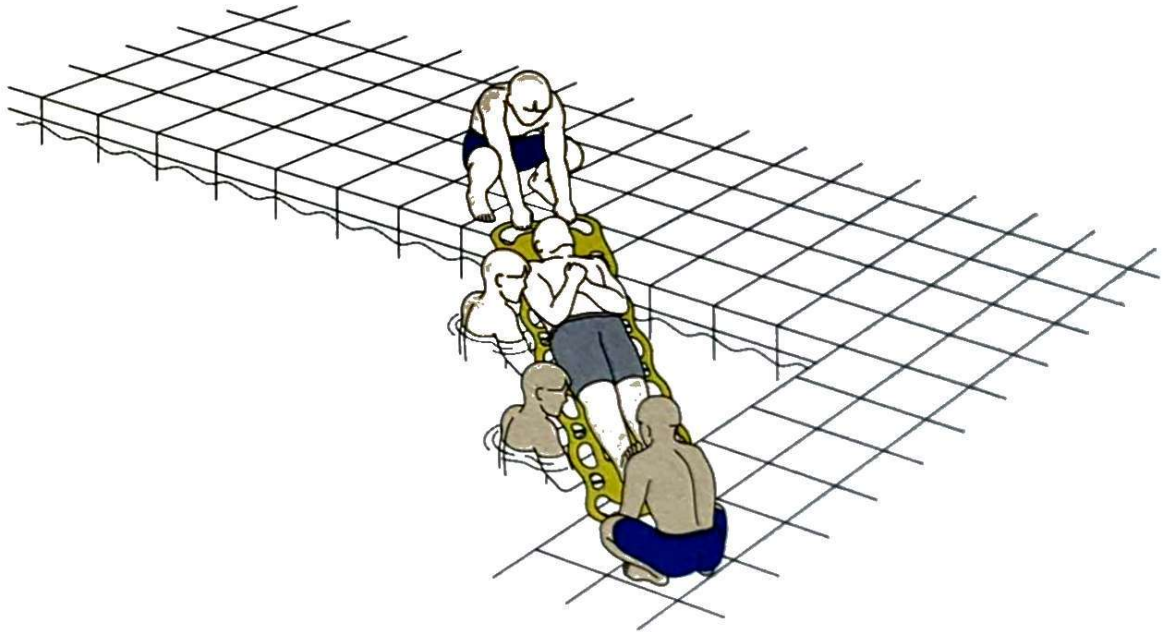
Die spezifische Rollbewegung kann angewendet werden, wenn der Rettling nicht mit dem Hebe- oder Unterarmgriff aus dem Wasser gebracht werden kann. Der oder die Retter:in greift unter Kopf und Rücken des Rettlings hindurch und hält sich am Beckenrand fest. Zusätzlich greift eine helfende Person unter Gesäss und Beinen des Rettlings hindurch zum Beckenrand. Eine weitere Person rollt den Rettling an den Bassinrand, wobei der oder die Retter:in immer den Kopf des Rettlings stützt. Achtung: Vor dem Rollen müssen die Arme des Rettlings nach oben gelegt werden.



1.5.6 Aus dem Wasser bringen mit dem Rettungsbrett (Spineboard)

In vielen Bädern wurden die Schaufelbahren durch Rettungsbretter aus Kunststoff ersetzt. Der Eigenauftrieb des Rettungsbretts vereinfacht es, einen Rettling aus dem Wasser zu bringen.





Variante für das aus dem Wasser bringen von schweren Personen mit dem Rettungsbrett oder mit nur zwei Helfenden.

