

Der kleine Lebensretter - Stabile Seitenlage



Durch die **stabile Seitenlage** wird sichergestellt, dass die Atemwege freigehalten werden und Erbrochenes, Blut etc. ablaufen kann - der Mund des Betroffenen wird zum tiefsten Punkt des Körpers. Der Betroffene wird so vor dem Ersticken bewahrt.

Durchführung der Stablen Seitenlage



Foto:©DRK Generalsekretariat, T.23, S. Schleicher

Schritt 1

- Seitlich neben dem Betroffenen knien
- Beine des Betroffenen strecken
- Den nahen Arm des Bewusstlosen angewinkelt nach oben legen, die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben



Schritt 2

- Fernen Arm des Betroffenen am Handgelenk greifen
- Arm vor der Brust kreuzen, die Handoberfläche des Betroffenen an dessen Wange legen
- Hand nicht loslassen

Foto:©DRK Generalsekretariat, T.23, S. Schleicher



Schritt 3

- An den fernen Oberschenkel greifen und Bein des Betroffenen beugen

Foto:©DRK Generalsekretariat, T.23, S. Schleicher



Schritt 4

- Den Betroffenen zu sich herüber ziehen
- Das oben liegende Bein so ausrichten, dass der Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte liegt

Foto:©DRK Generalsekretariat, T.23, S. Schleicher



Schritt 5

- Kopf nach hinten neigen, damit die Atemwege frei werden
- Mund des Betroffenen leicht öffnen
- Die an der Wange liegende Hand so ausrichten, dass Atemwege frei bleiben
- Betroffenen zudecken

Bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes beruhigen, betreuen, trösten und beobachten, wiederholt Bewusstsein und Atmung prüfen