

Erste Hilfe für Sportfachlehrkräfte



Gerade in den ersten Minuten nach einem Sportunfall ist eine souveräne Lehrkraft gefragt. Je besser sie sich und ihre Klassen vorbereitet hat, desto effektiver läuft die Erste Hilfe ab.

„Auch wenn es nicht zum Ernstfall kommt, lohnt es sich, Erste Hilfe im Sportunterricht eingeübt zu haben“, stellt René Kränzlein klar. „Das Wissen gibt allen Beteiligten Sicherheit – in der Schule und anderswo. Der größte Fehler und sogar fahrlässig ist es, in einem Notfall nicht zu helfen.“

Kränzlein ist Experte im Bereich der Ersten Hilfe bei der Unfallkasse Berlin. „Aufgrund der erhöhten Unfallzahlen frage ich vor Ort nach der Organisation und der Gefährdungsbeurteilung für den Sportunterricht“, erklärt er. Jede Schule ist verpflichtet, Gefährdungen zu beurteilen und Maßnahmen einzuleiten. Dabei ist die Schulleitung für die Organisation der Ersten Hilfe verantwortlich. Wichtige Telefon-

nummern müssen bekannt sein und wie ein Notruf korrekt abzusetzen ist. Außerdem müssen ein Verbandskasten und ein Erste-Hilfe-Raum in der Schule vorhanden sein. Je nach Schwere und Art der Verletzung kann es sein, dass die Maßnahmen vor Ort nicht ausreichen. Dann sind die nächstgelegene ärztliche Praxis oder der Rettungsdienst die richtige Wahl. In Absprache mit diesen Profis lässt sich klären, wie und wohin die verletzte Person transportiert werden sollte.

Aktueller Tipp: CPR-Life-Kit

Wer Sport unterrichtet, sollte immer einen „kleinen Verbandskasten“ (DIN 13157) griffbereit haben, dessen Inhalt regelmäßig überprüft wird. Kränzlein empfiehlt,

ein „CPR-Life-Kit“ dazuzupacken: „Diese Masken bieten einen gewissen Infektionsschutz beim Beatmen.“ Das ist gerade in Pandemiezeiten wichtig, zumal bei Bewusstlosigkeit von Kindern der Beatmung eine besondere Rolle zukommt.

Eine Herausforderung ist Sportunterricht außerhalb der eigenen Schule. Dann muss der Verbandskoffer ebenso mitgenommen werden wie Kälte-Sofort-Kompressen, die bei Prellungen und Zerrungen aufgelegt werden sollten. Falls Hilfe gebraucht wird, ist es wichtig, den genauen Ort angeben zu können – am besten die genaue Adresse oder einen gekennzeichneten Rettungspunkt im Wald.

Erste Hilfe und Prävention gemeinsam erlernen

Um in jedem Fall souverän zu sein, empfiehlt Kränzlein, die Erste-Hilfe-Ausbildung auf dem aktuellen Stand zu halten und darüber hinaus sportmedizinische Fortbildungen zu besuchen. „Toll ist, wenn Sportlehrkräfte dieses Wissen im Fachbereich teilen und mit Übungen untermauern.“ Er rät, auch Schülerinnen und Schüler einzubeziehen. „Dann reagieren sie im Ernstfall cooler und können die Rettung unterstützen. Wer Verletzungsgefahren und Erste-Hilfe-Maßnahmen bespricht, sensibilisiert zudem für Körpersignale und Belastungsgrenzen. Außerdem verstehen alle, dass präventive Maßnahmen im Sportunterricht wichtig sind und Unfälle gemeinsam vermieden werden können.“

Miriam Becker, freie Journalistin

Dokumentation

Jedes Ereignis, bei dem Erste Hilfe geleistet wurde, muss aufgezeichnet werden. Für die Dokumentation gemäß Datenschutz-Grundverordnung (DSGVO) stellt die Unfallkasse Berlin kostenlos Meldeblocks zur Verfügung:

► www.unfallkasse-berlin.de

Webcode: ukb573

Weitere Informationen unter:

► www.sichere-schule.de/erste-hilfe

Pfad: Erste Hilfe und Schulsanitätsdienst/Erste Hilfe/Sachliche Voraussetzungen/Meldeeinrichtungen

