

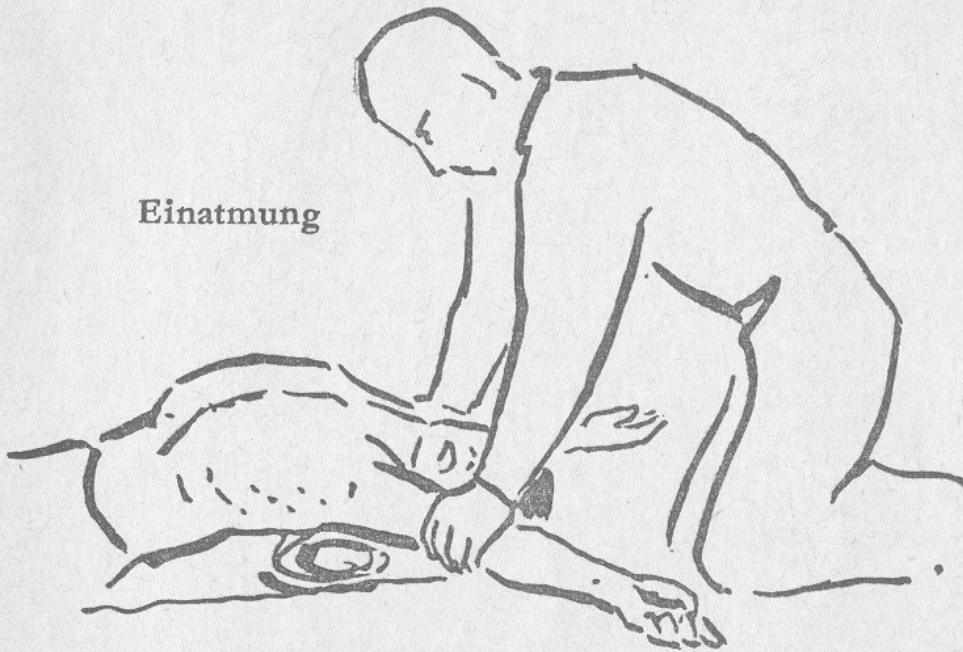
## H. WIEDERBELEBUNG

*Nur zulässig bei Atemstillstand. Dem Verunglückten nichts einflößen.*

### 1. Wiederbelebung nach Silvester-Brosch (Arm-Methode):

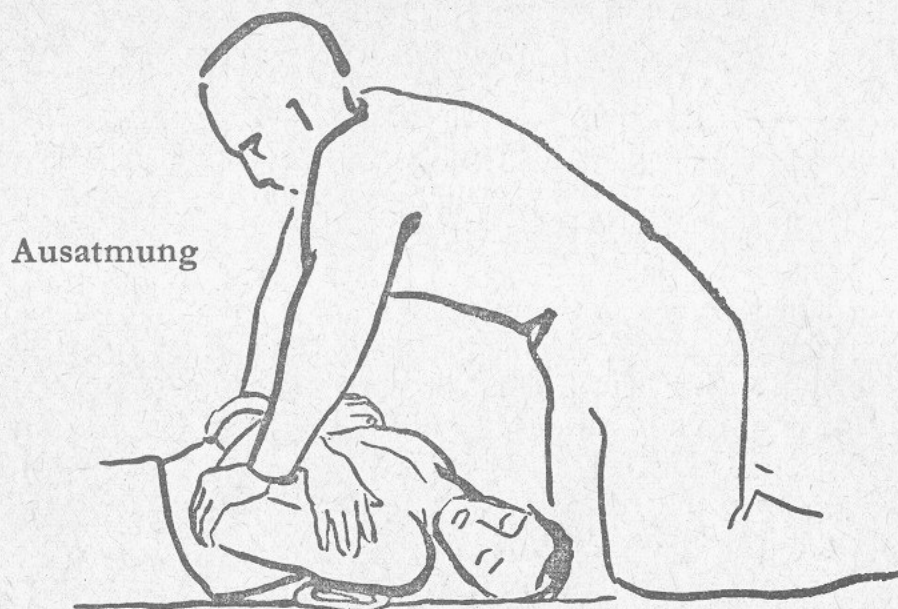
Den Verunglückten flach auf den Rücken legen; Rolle aus Kleidungsstücken od. dgl. unter die Schulterblätter legen, um Kopf tief zu lagern; Kopf zur Seite drehen.

Der Helfer kniet hinter dem Kopf des Verunglückten, das Gesicht diesem zugewendet, faßt beide Arme in den Ellenbeugen, führt sie langsam in seitlichen Halbbögen bis neben den Kopf und zählt unterdessen: „ein—und—zwanzig, zwei—und—zwanzig“ (Einatmung).



Dann faßt der Helfer die Arme an den Ellbogen und führt sie in senkrechten Halbbögen nach vorn auf den Brustkorb zurück, drückt diesen kräftig nach abwärts und von den Seiten zusammen und zählt unterdessen: „drei—und—zwanzig, vier—und—zwanzig“ (Ausatmung).

Ist ein zweiter geübter Helfer zur Stelle, so soll dieser gleichzeitig die Herzgegend (etwas nach innen von der linken Brustwarze) knetend klopfen; etwa 100mal in der Minute (Herzmassage).



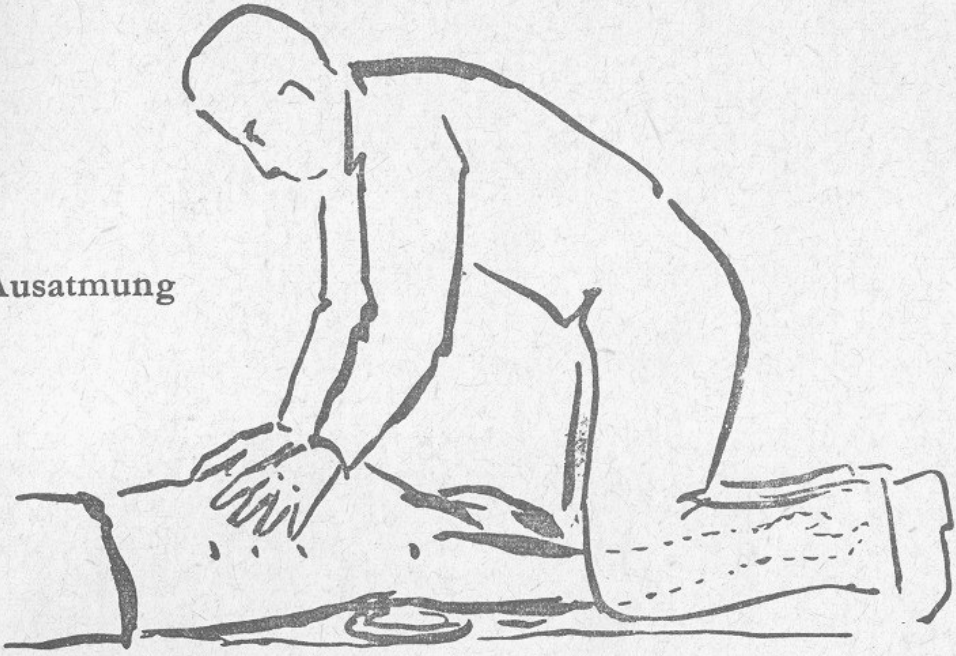
## 2. Wiederbelebung nach Thomsen (Brustkorb-Methode):

Den Verunglückten flach auf den Rücken legen; Rolle aus Kleidungsstücken od. dgl. unter die Schulterblätter legen, um Kopf tief zu lagern; Kopf zur Seite drehen.

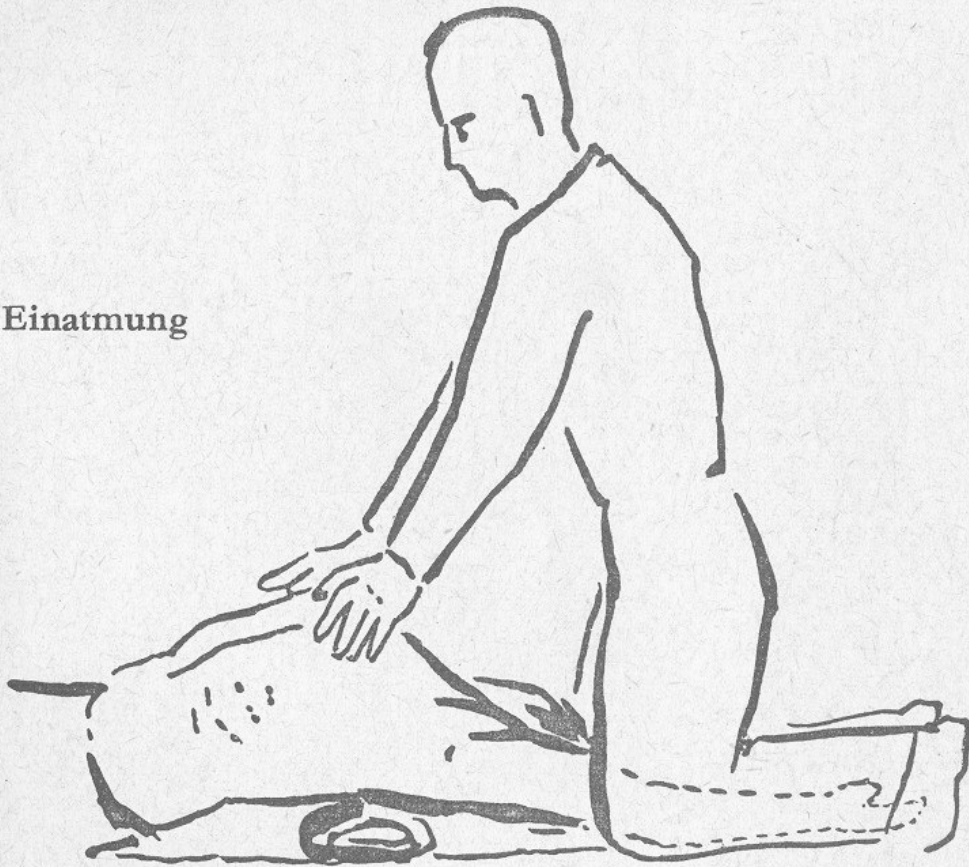
Der Helfer kniet am Kopf des Verunglückten, den er mit dem Knie in seitlich gedrehter Haltung festlegt. Einen Arm (unverletzt) des Verunglückten führt er nach oben zwischen seine beiden Oberschenkel, wodurch die erste Einatmung bewirkt wird. (Kniestellung so weit, daß der Arm frei auf und ab pendeln kann.) Verletzte Arme bleiben seitlich auf dem Boden liegen. Dann legt der Helfer seine beiden Hände mit gespreizten Fingern auf den Brustkorb (Daumen am Brustbein, Zeigefinger am Rippenbogen), beugt den Oberkörper vor und drückt den Brustkorb nach vorn abwärts zusammen (Ausatmung). Unterdessen zählt er: „ein—und—zwanzig, zwei—und—zwanzig“.

Sodann verlagert der Helfer seinen Oberkörper unter vermehrter Beugung seiner Knie nach hinten (rückwärts), richtet sich dabei gleichzeitig auf und hebt seine Hände etwas vom Brustkorb des Verletzten ab (Einatmung). Dabei zählt er: „drei—und—zwanzig, vier—und—zwanzig“.  
(Ein- und Ausatmung etwa fünfzehnmal in der Minute.)

Ausatmung



Einatmung

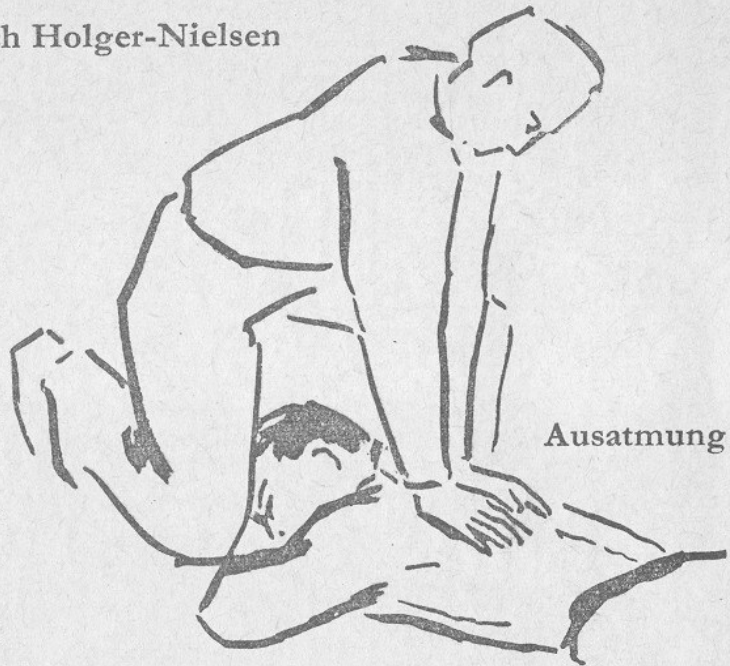


### 3. Wiederbelebung nach Holger-Nielsen (Bauchlage-Methode):

Den Verunglückten auf den Bauch legen, die Stirn auf seine übereinandergelegten Hände.

Der Helfer läßt sich auf ein Knie nieder, den anderen Fuß setzt er neben den Ellbogen des Verunglückten, dann gibt er zwei bis drei kräftige Schläge zwischen die Schulterblätter, legt beide Hände parallel zur Wirbelsäule auf die Schulterblätter und drückt unter Verlagerung seines Körpergewichts nach vorn seine gestreckt bleibenden Arme senkrecht nach unten.

Er zählt dabei: „ein—und—zwanzig“ (Ausatmung).



Sodann senkt der Helfer seinen Körper unter gleichzeitiger Druckentlastung nach hinten und zählt dabei: „zwei—und—zwanzig“. Er umfaßt die Oberarme des Verunglückten oberhalb der Ellbogen, lehnt sich mit gestreckten Armen zurück und zieht dabei jene hoch, ohne daß die Hände unter der Stirn weggezogen werden. Er zählt dabei: „drei—und—zwanzig“ (Einatmung).

Während der Helfer die Arme des Verunglückten in die Ausgangslage bewegt und seine Hände wieder auf die Schulterblätter gleiten läßt, zählt er: „vier—und—zwanzig“.