

Teilnehmerbroschüre

AV 411

Wasserretter



TEILNEHMERBROSCHÜRE

AV 411

Wasserretter

1. AUFLAGE - STAND 31. Dezember 2017

Impressum

Herausgeber:

Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e. V. - Präsidium

Im Niedernfeld 1-3, 31542 Bad Nenndorf

Die in dieser Broschüre veröffentlichten Texte sind urheberrechtlich geschützt. Alle Rechte sind vorbehalten. Kein Teil dieser Ausgabe darf ohne schriftliche Genehmigung des Präsidiums der DLRG, Bad Nenndorf, in irgendeiner Form - durch Fotokopie, Mikrofilm oder andere Verfahren - reproduziert oder in eine von Maschinen, insbesondere von Datenverarbeitungsanlagen verwendbare Sprachen übertragen werden. Auch die Rechte der Wiedergabe durch Vortrag, Funk-/Fernsehsendung, im Magnettonverfahren oder auf ähnlichem Weg bleiben vorbehalten.

Jede im Bereich eines gewerblichen Unternehmens hergestellte oder benutzte Kopie dient gewerblichen Zwecken und verpflichtet zu Schadensersatz, der gerichtlich festzustellen ist. Ein Nachdruck ist - auch auszugsweise - nur mit Genehmigung des Präsidiums der DLRG, Bad Nenndorf, gestattet.

Die Vervielfältigung und Nutzung für verbandsinterne Zwecke ist den Mitgliedern der DLRG erlaubt.

Bezugsquelle:

DLRG-Materialstelle
Im Niedernfeld 1-3
31542 Bad Nenndorf
Tel.: 05723/955600
Fax: 05723/955699

Bestell-Nr.: 14708139

Anmerkungen und Kritik bitte an:

wrd@dlrg.de

Hinweis

Wenn in der vorliegenden Teilnehmerbroschüre nur die männliche oder weibliche Form Verwendung findet, so dient dies ausschließlich der Lesbarkeit und Einfachheit. Es sind stets Personen des jeweils anderen Geschlechts mit einbezogen, sofern nicht ausdrücklich anders erwähnt.

Ältere Versionen dieser Teilnehmerbroschüre verlieren mit der Veröffentlichung dieser Auflage ihre Gültigkeit.

Literatur/Quellen

Literatur und Quellen sind beim jeweiligen Ausbildungsabschnitt angegeben.

Vorwort

In unseren Gewässern steigt die Zahl der Ertrinkungstoten seit Jahren an, deswegen wird immer mehr hoch qualifiziertes Personal gebraucht. Bei der Fachausbildung Wasserrettungsdienst werden die Fähigkeiten der Einsatzkraft verbessert. Sie wird in den verschiedenen Fachgebieten geschult.

Die Einsatzkraft hat mit Durchlaufen der Basisausbildung eine theoretische Grundlage für den Wasserrettungsdienst erhalten. Daher sind der Einsatzkraft Wörter wie Knoten, Tampen, Tau, Backbord, etc. keine Fremdwörter mehr. Nicht nur Bootsführer zeigen mit ihren Fachwörtern, dass sie eine Fachkraft auf ihrem Gebiet sind, der man erstmal das Wasser reichen muss. Die Einsatzkraft wird zwar kein perfekter Segler, kann sich aber in der Welt der Seebären und Piraten doch mit einem grundlegenden Wissen verständlich machen, ohne die Lacher auf seiner Seite zu haben.

Mit der Fachausbildung Wasserrettungsdienst wird die Einsatzkraft selbst zur Fachkraft, nämlich zum Wasserretter, und kann ihre Kompetenz nicht nur durch theoretisches Wissen, sondern auch durch praktische Anwendung demonstrieren. Damit sie bestens auf ihre spätere Tätigkeit im Wasserrettungsdienst vorbereitet ist, wird ihre Ausbildung im Freigewässer durchgeführt. Die verschiedenen praktischen Übungen sollen ihr hierbei als Grundlage für ihre zukünftige eigene Vorgehensweise dienen und ihr helfen eigene Entscheidungen zu treffen.

Das zusätzliche Fachwissen bewirkt, dass das Auftreten des Wasserretters gegenüber anderen sicherer und vertrauenswürdiger wird. Er bewegt sich mit der Fachausbildung Wasserrettungsdienst einen weiteren Schritt höher auf der Karriereleiter zum Wachführer.

Die Aus- und Fortbildung der Einsatzkraft ist regelmäßig zu aktualisieren. Auch im Bereich der Wasserrettung gibt es ständig neue Entwicklungen und Veränderungen, die das Tätigkeitsfeld spannend und herausfordernd machen.

Autoren

Alexander Holletzek	Alexander Lustig	Andreas Hasse
Andreas Johann	Boris Bongartz	Cedric Götze
Dirk Brümmer	Dr. med. Ulrich Jost	Eike Breustedt
Fikret Sisman	Gabriele Puhl	Gerhard Scholz
Günter Benke	Heiko Altendorf	Helge Wittkowski
Henning Otto	Jan Hattwig	Jens Bothe
Juliane Otto (auch Koordination)	Jürgen Rieser	Kai Rippel
Karl Weilharter	Karsten Klick	Knut Kirchwehm
Lutz Sacher	Mareike Bögge	Martin Brandenburg
Michael Hochhäuser	Natascha Wiedemeier	Sascha Meyer
Oliver Keil	Patrik Flügel	Philipp Pijl
Roman Weber	Sabine Künneth	Sabine Spinde
Selina Keil	Silke Höhne	Simon Schauder
Thilo Künneth	Thomas Nordhoff	Thomas Reim
Thomas Rippel (auch Koordination)	Tobias Wagner	Viktoria Kleineberg

Inhaltsverzeichnis

Impressum	1
Hinweis.....	2
Literatur/Quellen	2
Vorwort	3
Autoren.....	4
Inhaltsverzeichnis.....	5
1.1 Kommunizieren im Einsatz.....	6
1.1.1 Hand- und Trillerpfeifensignale.....	6
1.1.2 Flaggen- und Sicherheitszeichen	10
1.2 Sicher und überlegt Handeln.....	13
1.2.1 Umgang mit dem Rettungsboot.....	13
1.2.2 Umgang mit Hilfsmitteln und Rettungsgeräten.....	15
1.2.2.1 Umgang mit Tauchergrundausrüstung	15
1.2.2.2 Gewöhnung an die Umgebung im Freigewässer	17
1.2.2.3 Rettungsbrett	18
1.2.2.4 Rettungskajak.....	30
1.2.3 Schwimmen in der Brandung.....	34

1.1 Kommunizieren im Einsatz

1.1.1 Hand- und Trillerpfeifensignale

Kommunizieren ist im Einsatzfall essenziell. An Land geschieht dies meist ganz einfach durch Funk, Zettel und Stift oder den direkten sprachlichen Austausch. Diese Möglichkeiten sind während des schwimmerischen Einsatzes meist nicht möglich. Ein Zettel würde nass werden und für Kommunikation durch Zuruf ist die Entfernung meist zu groß oder der Wind zu stark. Dafür wurden verschiedene Handzeichen eingeführt, die sowohl vom Schwimmer als auch vom Posten an Land beherrscht werden müssen. Sie ermöglichen im Einsatzfall eine zielgerichtete Kommunikation zwischen Schwimmer und Posten an Land und tragen somit zum Einsatzerfolg bei.

Pfeifensignale stellen eine weitere Option im Rahmen des Wasserrettungsdienstes dar. Sie dienen als Signal für Badegäste und andere Rettungsschwimmer. Das einfache Rufen wird in der lauten Umgebung oftmals überhört oder falsche Personen fühlen sich angesprochen. Pfeifensignale werden von allen gehört und sind meist laut genug, die Umgebungsgeräusche zu übertönen. Sie können durch Handzeichen ergänzt werden, die zum Beispiel eine Richtung angeben.

Ein sicheres Beherrschen ist für die sichere Kommunikation mit Schwimmern im Wasser unerlässlich. Sowohl Handzeichen als auch Pfeifensignale müssen von allen Einsatzkräften angewendet werden können.

Beide Arme gestreckt nach oben	Ein Arm nach vorn, Handfläche aufgestellt	Eine Hand auf dem Kopf, Arm formt großes „O“
		
Schwimme weiter raus	Stopp! Stoppe diese Aktivität!	okay

Ein Arm zur Seite gestreckt	Ein Arm zur Seite gestreckt	Ein Arm senkrecht nach oben
		
Bewege dich in diese Richtung!	Bewege dich in diese Richtung!	Brauche Unterstützung! Komme zu mir!

Beide Arme seitlich nach unten gestreckt	Mit einem Arm winkend	Mit beiden Armen winkend
		
Suche dort unter Wasser	Hilfe!	Aufmerksamkeit erregen

Beide Arme waagrecht zur Seite ausgestreckt

Suche an dieser Stelle!

Pfeifensignale:

Ein kurzer Pfiff: Aufmerksamkeit eines Badegastes erlangen

Zwei kurze Pfiffe: Aufmerksamkeit eines Rettungsschwimmers erlangen

Drei kurze Pfiffe: Wasserretter geht in den Einsatz

Quellen/Nachweise

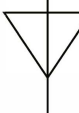
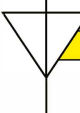
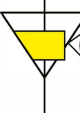
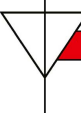
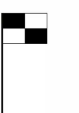
ILS lifesaving position statement – LPS 12-2012 Hand Signals

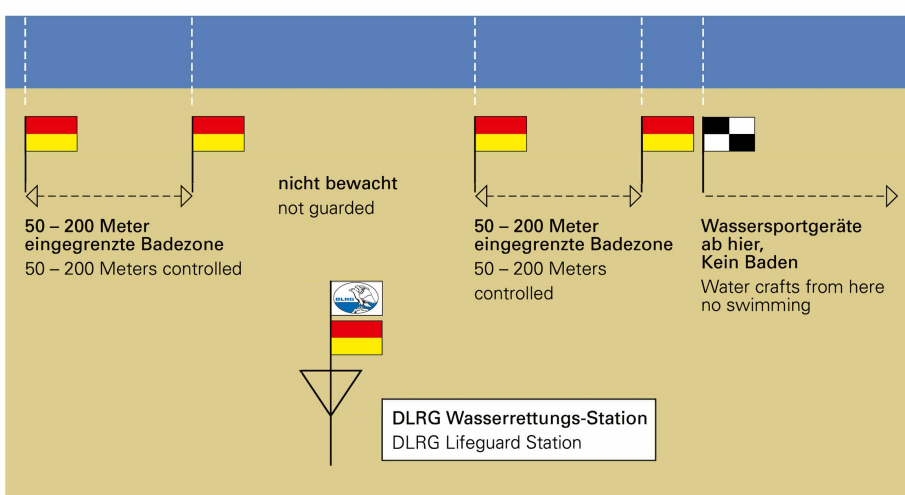
1.1.2 Flaggen- und Sicherheitszeichen

Im Einzelnen werden folgende Flaggen und Sicherheitszeichen unterschieden:

Badezonenkennzeichnung

Flags and zones

					
					
Wasserrettung im Dienst Lifeguard on duty	Baden und Schwimmen gefährlich Use caution when swimming	Ablandiger Wind, keine aufblasbaren Freizeitgeräte benutzen No inflatables	Kein Baden und Schwimmen No swimming	Badezonen- begrenzung, Keine Wasser- sportgeräte Swimming zone, no water crafts	Wassersport- geräte ab hier, Keine Badezone No swimming, water crafts only



nicht bewacht
not guarded

50 – 200 Meter
eingegrenzte Badezone
50 – 200 Meters controlled

DLRG Wasserrettungs-Station
DLRG Lifeguard Station

50 – 200 Meter
eingegrenzte Badezone
50 – 200 Meters controlled

Wassersportgeräte
ab hier,
Kein Baden
Water crafts from here
no swimming

Bei eingegrenzter Badezone bitte nur im Wasserbereich zwischen den Flaggen schwimmen.
Swim between the flags

Nächste DLRG Wasserrettungs-Station:

.....



Deutsche Lebens-Rettungs-
Gesellschaft e.V.

Bundesgeschäftsstelle
Im Niedernfeld 1-3
31542 Bad Nenndorf

Best.-Nr.: 54407000

(Hinweis: Die im Folgenden genannten Gegebenheiten der Einsatzstellen sind exemplarisch gewählt. Auf die Besonderheiten der Einsatzgebiete wird in späteren Kapiteln eingegangen.)



Sicherheitsflaggen und Sicherheitszeichen dienen dem Badegast als Hinweissignale. Sie warnen vor Gefahren und vermitteln wichtige Informationen zum Strandabschnitt. Insbesondere ist dadurch erkennbar, ob ein Strandabschnitt durch Rettungsschwimmer bewacht wird oder nicht.

Rot-Gelbe Flagge

Diese Flagge zeigt an, dass der Abschnitt durch Rettungsschwimmer bewacht ist. Sie wird entweder zu Beginn der Dienstzeit oder bei tideabhängigen Badezeiten zu Beginn der Badezeit gehisst. Sie ist ein allgemeines Symbol für die Bewachung des Badebereichs. Sie kann durch die DLRG-Flagge ergänzt werden

Gelbe Flagge

Die gelbe Flagge kann zusätzlich zur rot-gelben Flagge gesetzt werden. Sie gibt an, dass das Baden aufgrund besonderer Bedingungen, gefährlicher ist als normal. Hierbei sind örtliche Gegebenheiten wie Strömung, Gezeiten, "Trekker" und Unterwasserhindernisse genauso zu berücksichtigen, wie der Kenntnis- und Erfahrungsstand der Wasserretter. Deren aktuelle Leistungsfähigkeit spielt auch eine Rolle. Die Entscheidung über das Hissen der Flagge obliegt dem Wachführer. Jedoch ist jede Einsatzkraft dafür verantwortlich, ihm bekanntwerdende Gefahren zu melden.

Rote Flagge

Die rote Flagge wird alleine gesetzt. Sie bedeutet, dass das Baden lebensgefährlich ist. Keinesfalls ist sie ein Badeverbot, denn dies kann nur von Personen mit Hausrecht ausgesprochen werden. Gründe hierfür können schwierigste, schwimmerisch nicht mehr zu bewältigende Wetterbedingungen sein, aber auch Gewitter oder Wasserfahrzeuge (z.B. Vermessungsschiffe) im Badegebiet. Auch im Falle einer Hilfeleistung mit erhöhtem Helferbedarf kann die rote Flagge gesetzt werden, falls die sichere Bewachung des Gebietes nicht mehr gewährleistet werden kann. Die Entscheidung darüber liegt beim Wachführer. Jedoch ist jede Einsatzkraft dafür verantwortlich, ihm bekanntwerdende Gefahren zu melden.

Windsack

Der Windsack wird als Zusatzzeichen zur gelben Flagge gesetzt und gibt schwierige Windverhältnisse (ablandige oder besonders starke/böige Winde) an. Das Setzen des Windsacks erfolgt an jeder Wasserrettungsstation nach festgelegten Bedingungen und kann von Station zu Station verschieden sein.

Schwarz-weiß-geviertelte Flagge

Die Schwarz-weiß-geviertelte Flagge wird für die Kennzeichnung von Bereichen genutzt, die exklusiv für Wassersportgeräte (z.B. Windsurfen, Kiten, Wasserski u.a.) freigegeben sind. In diesen Bereichen ist aufgrund der Gefahr keine Badezone.

Zoning

Für die Kennzeichnung eines überwachten Bereiches (Zoning) werden zwei rot-über-gelb-Flaggen an separaten Stangen genutzt. Die an den Stangen befestigten Flaggen werden an der Wasserkante gut sichtbar in einem Abstand von maximal 200m aufgestellt. Zoning bezeichnet das Einrichten eines durch den Wasserrettungsdienst überwachten Bereiches. Durch die Flaggenkennzeichnung wird dem Badegast verdeutlicht, welcher Bereich des Strandes primär überwacht wird.



Der Standort der Flaggen ist regelmäßig zu kontrollieren. Auf erkannte Gefahren muss reagiert werden.

So ist z.B. zu Rip- oder Trekkerströmungen ein Sicherheitsabstand einzuhalten. Auch Wind, Welle, Strömung, Gezeiten, Trekker und das persönliche Können der Einsatzkräfte sowie die zur Verfügung stehenden Rettungsmittel müssen berücksichtigt werden.

Der Wasserrettungsdienst soll die Rettung eines Verunglückten innerhalb der eingerichteten Zone innerhalb kürzester Zeit gewährleisten können. Daher kann es vorkommen, dass bei entsprechenden schlechten Wasserbedingungen, die Zone verkleinert werden muss. Je nach Veränderung der Bedingungen im bewachten Bereich kann eine mehrmalige Veränderung des Zonings im Laufe eines Wachtages erforderlich werden.

Zu Bereichen für Wassersportgeräte, die mit schwarz-weiß-geviertelten Flaggen gekennzeichnet werden, muss ein Sicherheitsabstand (Puffer-Zone) eingehalten werden. Eine Kennzeichnung verschiedener Zonen an einem Flaggenmast bzw. einer Stange (z.B. rot-über-gelb und schwarz-weiß-geviertelt) ist zu unterlassen.

Die Entscheidung über das Einrichten von Zonen und deren Größe ist Aufgabe des Wachführers. Das Zoning wird von ihm angeordnet und von den Wasserrettern vor Ort umgesetzt.

Mit den oben genannten Strandsicherheitsflaggen wird der Badegast auf die aktuelle Bewachung der Wasserfläche und die Bedingungen im Wasser hingewiesen. Die Sicherheitsbeflaggung wird mit Dienstbeginn gesetzt und mit dem Dienstende des Wasserrettungsdienstes wieder eingezogen.

Quellen/Nachweise

ISO 20712-2:2007 und ISO 20712-3:2008

DIN 4844-2:2012

ILS lifesaving position statement – LPS-14 2010 Flags

DLRG-Rundschreiben 051/09 . Flaggenkennzeichnung an Wachstationen (DLRG Präsidium)

1.2 Sicher und überlegt Handeln

1.2.1 Umgang mit dem Rettungsboot

Es ist Aufgabe des Bootsführers das Rettungsboot möglichst nah (ohne Gefährdung des Verunglückten, des Bootes oder der Besatzung) an die Einsatzstelle zu bringen. Dabei berücksichtigt er Brandung, Wellen, Wind, Strömungen, Bauwerke und Hindernisse im Wasser. Die Bootsbesatzung an Bord hat sich in dieser Phase der direkten Annäherung ruhig zu verhalten und dem Bootsführer die Sicht zu gewährleisten. Richtungs- und Entfernungsangaben helfen dem Bootsführer dabei die Lage korrekt einzuschätzen. Der Bootsführer wird klare Handlungsanweisungen geben. U.a. gibt er an auf welcher Seite des Bootes gerettet wird, ob ein Retter ins Wasser geht und welche Rettungsmittel eingesetzt werden. Er entscheidet auch, ob und wann er den Motor auskuppelt ggf. ganz ausschaltet. Typischer Weise wird der Bootsführer selber, solange das Boot in Fahrt ist, nur wenig bei der direkten Rettung helfen können. Das ist Aufgabe der Bootsbesatzung.

Der Bootsgast unterstützt den Bootsführer bei allen Manövern. Nach Abstimmung mit dem Bootsführer übernimmt er den Funkverkehr, klart Leinen, Anker etc. auf, bereitet Manöver vor und stellt die Einsatzbereitschaft des Bootes her.



Der Bootsführer geht nicht als Rettungsschwimmer ins Wasser, da er die Verantwortung für Besatzung und Boot hat

Sollte nur ein Bootsgast an Bord sein, ist dieser zugleich derjenige, der ggf. auch ins Wasser gehen muss. Sind zwei oder mehr Bootsgasten an Bord, ist vorher festzulegen, wer in den schwimmerischen Einsatz geht und wie die Aufgaben an Bord verteilt sind.



Jeder Bootsgast muss die an Bord befindlichen Rettungsmittel kennen und einsetzen können. Der Bootsgast muss auf einen schwimmerischen Einsatz vorbereitet sein.

Ist der schwimmerische Einsatz erforderlich, springt der Bootsgast erst nach Anweisung des Bootsführers ins Wasser.



Ein Auftriebskörper (Rettungsboje, Gurtretter etc.) ist mitzuführen.

Grundsätzlich sollte nicht aus einem fahrenden Boot gesprungen werden.

Bei planbaren Arbeiten an Segelbooten empfiehlt es sich Handschuhe zu tragen. Beim Einsatz im Wasser sollte sich der Rettungsschwimmer auch durch einen Neoprenanzug schützen. Diese schützen vor Verletzungen und Unterkühlungen.



Mobiltelefone und Fotoapparate haben auf einem Motorretungsboot nichts zu suchen.

Quellen/Nachweise

Anweisung für den Bootsdienst in der DLRG

Fischer, Künneth, Vorderauer: Taschenbuch für Wasserretter, 3. Überarbeitete Auflage, Bad Nenndorf, 2015

1.2.2 Umgang mit Hilfsmitteln und Rettungsgeräten

1.2.2.1 Umgang mit Tauchergrundausrüstung

Als Tauchergrundausrüstung bezeichnet man Tauchmaske, Schnorchel und Flossen. Durch diese Hilfsmittel erhöht der Schwimmer seine Geschwindigkeit im Wasser, kann kurze Passagen tauchen und hat mehr Kraftreserven zum Transportieren eines Verunfallten.

Tauchermaske

Die Tauchermaske erlaubt dem Wasserretter auch unter Wasser klar zu sehen. Allerdings ändern sich hierbei scheinbar Größen und Entfernungen. Es gibt Tauchermasken mit einem oder mehreren Gläsern. Brillenträger können sich Tauchermasken mit speziell geschliffenen Gläsern ihrer Dioptrie ausrüsten lassen. Das Material des Dichtrandes ist meist aus Silikon.

Folgende Anforderungen muss eine Tauchermaske z.B. erfüllen:

- Fester Rahmen aus nicht korrodierendem Material (Kunststoff)
- Nasenerker für den Druckausgleich (weich, gut fassbar)
- Doppelter, weicher Dichtrand (gute Dichtigkeit, keine Druckstellen)
- Gehärtetes, bruchfestes Sicherheitsglas („tempered glass“)
- Geteiltes Maskenband für guten Sitz
- Maskenbandbefestigung am Rahmen mit Schnellspannverschluss

Schnorchel

Der Schnorchel dient dem Atmen ohne den Kopf aus dem Wasser nehmen zu müssen.

Folgende Anforderungen muss ein Schnorchel erfüllen:

- Länge max. 35 cm (Gefahr von Lungenödem)
- Innendurchmesser 15 – 18 mm bei Kindern und 18 – 25 mm bei Erwachsenen (Gefahr von Pendelatmung)
- Nicht zu hartes oder weiches Mundstück
- Schnorchel darf nicht in der Maske eingebaut sein
- Gut sichtbare Signalfarbe an der Spitze

Flossen

Flossen sorgen für eine schnellere Fortbewegung im Wasser. Flossen unterscheiden sich insbesondere im Härtegrad und Größe des Flossenblattes. Der Einsatzzweck der Flossen sowie der Trainingsstand des Schwimmers entscheiden über die Wahl der geeigneten Flosse.

Beim Kauf ist auf Folgendes zu achten:

- Verstärkte Seitenkanten für optimale Richtungsstabilität
- Guter Sitz, nicht zu eng oder zu weit
- Härtegrad des Flossenblattes passend zum Verwendungszweck (Schwimmbad, Freigewässer, Gerätetaucher, Wettkämpfe usw.)



Der Umgang mit der Tauchergrundausrüstung muss geübt werden, damit sie unterstützt und nicht belastet.

Quellen/Nachweise

Fischer, Künneth, Vorderauer: Taschenbuch für Wasserretter, 3. Überarbeitete Auflage, Bad Nenndorf, 2015

DLRG-Ausbilderhandbuch Schnorcheltauchen

1.2.2.2 Gewöhnung an die Umgebung im Freigewässer

Im Freiwasser bringen Wellen und Strömung die Gefahr des Verlustes von Ausrüstungsgegenständen der Tauchergrundausrüstung mit sich. Daher muss auf einen guten Sitz geachtet werden.

Beim Einsatz mit der Tauchergrundausrüstung in Gewässern mit Flachwasserzonen hat sich folgendes Vorgehen bewährt:

- Anziehen der Flossen:
- Fußteil nach unten klappen
- Ins Wasser laufen
- Auf den Rücken legen
- Flossen anziehen
- Fußteil hochklappen und losschwimmen
- Maske und Schnorchel:
- Schnorchel mit Schnorchelhalter am Maskenband befestigen
- Maske über den Kopf ziehen und um den Hals hängen
- Im Wasser Maske korrekt anziehen

Bei Einsätzen in tieferen Gewässern und vom Boot aus, wird die Ausrüstung vor dem ins Wasser gehen angelegt.

Bei kalten Gewässern sollte zusätzlich ein Kälteschutz getragen werden.

Weitere Kenntnisse und Fähigkeiten werden im Lehrgang zur Erlangung des Deutschen Schnorcheltauchabzeichens der DLRG vermittelt.

Quellen/Nachweise

DLRG-Ausbilderhandbuch Schnorcheltauchen

1.2.2.3 Rettungsbrett

Der Einsatz eines Rettungsbrettes erweitert den Aktionsradius des Wasserretters bei gleichzeitiger Verminderung der Risiken. Das Rettungsbrett bietet Auftrieb für den Retter und den Verunglückten. Der Retter hat eine erhöhte Position, wodurch der Verunglückten leichter im Auge behalten werden kann und auf dem Rückweg ebenso sein Ziel an Land. Mit dem Rettungsbrett können Strömungen leichter überwunden werden als schwimmerisch. Auch ungeübte Retter sind mit dem Brett in der Regel schneller als wenn sie schwimmen. Das Rettungsbrett besteht aus einem Schwimmkörper, der in der Regel aus Kunststoff gefertigt ist und hohl oder ausgeschäumt sein kann. Das DLRG-Rettungsbrett ist mit Griffbändern, rutschhemmenden Auflagen (Pads) und einer Finne zur Stabilisierung ausgestattet. Es ist ca. 3m lang und besitzt einen Auftrieb, der zwei Erwachsene Schwimmer trägt.



Das Rettungsbrett ermöglicht dem Wasserretter Distanzen schnell zurückzulegen.

Vorteile

- schnelle, sichere und kraftsparende Annäherung an den Verunfallten möglich
- Schneller Rücktransport des Verunfallten möglich
- Sicherheit durch hohen Auftrieb
- Schnelle Einsatzbereitschaft
- Geringe Gefahr des Retters für Umklammerungen des Verunfallten
- Gute Sichtbarkeit
- Höhere Geschwindigkeit bei Einsatz von Flossen möglich
- Leichte Pflege

Nachteile

- Handhabung zum Heraufziehen des Verunfallten erfordert Übung
- Beim Verlassen des Brettes kann dieses durch Wind oder Strömung leicht abgetrieben werden
- Der Einsatz bei starker Brandung / starken Wellen kann eingeschränkt sein

Das Rettungsbrett soll während des Dienstes stets einsatzbereit in der Nähe des Wassers gelagert werden. Dabei hat sich die Lagerung auf der Oberseite oder mittels einer Halterung auf der Seite bewährt.

An Land wird das Rettungsbrett seitlich am Körper mit der Unterseite zum Körper gewandt getragen. Dabei zeigt der Bug (Nase) in Laufrichtung.

Tragen am Strand



Das Brett wird mit beiden Händen möglichst waagrecht auf der windabgewandten Seite getragen, damit es weniger windanfällig ist.

Laufen ins Wasser



Auch beim Laufen wird das Brett mit beiden Händen möglichst waagrecht getragen, damit es wenig windanfällig ist. Der Bug dabei eher nach unten, damit auch jetzt der Wind nicht darunter greift und es hoch wirft (bei starkem Wind). Im flachen Wasser wird watend gelaufen. (Wading – Unterschenkel werden über Wasser nach vorn geführt.)

Laufen im Wasser



Im etwa knietiefen Wasser wird das Brett ins Wasser gelegt und neben dem Brett gewatet. Hier können die Unterschenkel nicht mehr seitlich geführt werden, daher sollte mit kleinen Sprüngen durchs Wasser gelaufen werden. Dabei stützt sich der Wasserretter auf dem Brett ab.

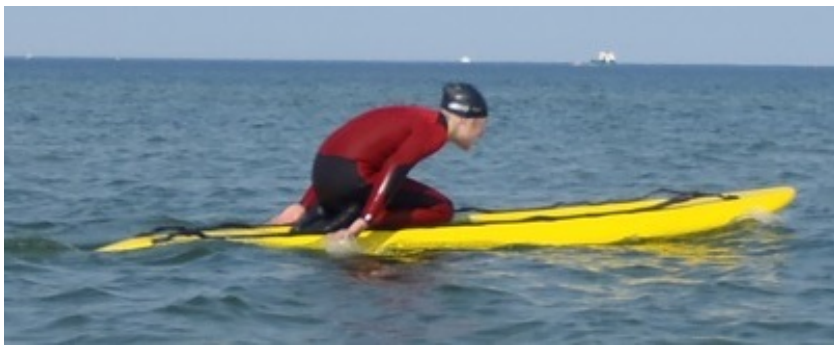
Nutzung in der Bauchlage

Der Retter legt sich im hüfhtiefen Wasser bäuchlings auf das Brett und verlagert sein Gewicht so, dass der Bug des Brettes etwas aus dem Wasser ragt. Das Brett wird, sofern möglich, mittels Armwechselschlag fortbewegt. Die Beine liegen auf dem Brett. Zur besseren Stabilisierung können sie auch leicht neben dem Brett liegen oder die Unterschenkel werden angewinkelt und wechselseitig zum Ausgleich der Armbewegungen mit bewegt.



Nutzung in knieender Position

Im Hüfthiefen Wasser kniet sich der Retter auf das Brett. Der Vortrieb wird durch den Armgleichzug erzeugt. Auch kniend wird das Gewicht so verlagert, dass der Bug leicht aus dem Wasser ragt. Die Arme werden im Armgleichschlag bewegt. Man beugt sich möglichst weit nach vorn, die Hände ziehen seitlich des Bretts durchs Wasser und werden in Höhe der Füße wieder aus dem Wasser genommen.



Der Retter hat sicher zu stellen, dass auch bei stärkerem Wellengang keine Verletzungen an sich oder dem Verunfallten verursacht.

Wenden mit dem Rettungsbrett

Das Rettungsbrett kann leicht auf der Stelle gewendet werden. Dazu setzt sich der Wasserretter auf das Heck des Brettes und zieht es mit den Armen aus dem Wasser. Mit den Beinen führt er kreisende Bewegungen aus und wendet dadurch das Brett.



Rettung einer erschöpften, aber noch schwimmfähigen Person

Das Rettungsbrett wird dem Verunfallten angereicht, sodass sich dieser an den Griffschlaufen festhalten kann.

Der Verunfallte kann alternativ auch, wie nachfolgend beschrieben, transportiert werden.

Erreichen des Patienten

Beim Erreichen des Patienten gilt im Grunde das gleiche Auffindeschema, wie es aus dem Erste-Hilfe- und auch Rettungsschwimmkurs bekannt ist:

Bewusstsein feststellen: Anschauen des Patienten (Gesamtsituation erfassen), Ansprechen („Hallo, - ich bin Rettungsschwimmer, kann ich ihnen helfen? Halten Sie sich am Brett fest.), Anfassen (Hand bzw. Arm suchen und festhalten).



Ein ermüdeter, erschöpfter oder verletzter Schwimmer wird nun sagen was ihm fehlt und kann eventuell nach einer kurzen Erholungspause selbst auf das Brett klettern und man kann gemeinsam zurückpaddeln.

Jetzt ist auch der richtige Moment ggf. durch Armzeichen den Rettern am Strand zu signalisieren, ob man die Situation im Griff hat oder ggf. Unterstützung benötigt wird.

Sollte kein Bewusstsein feststellbar sein ist es wichtig dass die Atemwege, also Mund und Nase aus dem Wasser kommen und auch bleiben. Es wird aber keine Zeit für Atemkontrolle oder freimachen der Atemwege verwandt, sondern schnellstens der Transport zurück an Land in die Wege geleitet.

Rettung einer erschöpften oder bewusstlosen Person

Der Retter stoppt das Rettungsbrett bei Erreichen des Verunfallten auf und positioniert es zwischen sich und dem Verunfallten.

Er dreht das Brett, sodass die Unterseite nach oben zeigt.

Der Retter ergreift den Arm des Verunfallten, der zum Heck des Brettes zeigt und legt diesen auf die Mitte der Unterseite des Brettes.

Der Arm des Verunfallten wird so herangezogen und fixiert, dass die Brust des Verunfallten dicht am Brett liegt.

Mit der zum Heck zeigenden Hand ergreift der Retter die gegenüberliegende Seite des Brettes.



Nun kippt der Retter das Brett um, so dass die Unterseite oben ist.

Der hintere Arm wird zwischen vorderem und mittlerem Drittel über das Brett gelegt.



Nun klettert der Wasserretter auf das Brett und ergreift einen Griff auf der Oberseite des Brettes. Das Brett wird durch Gewichtsverlagerung wieder richtigerum gedreht. Dabei wird der Arm des Verunglückten festgehalten.



Der Verunglückte liegt nun schräg auf der Oberseite des Brettes.



Der Retter greift unter dem Arm des Verunglückten hindurch zum Brett und stützt so auch den Kopf.



Mit dem anderen Arm zieht der Retter die Beine des Verunglückten auf das Brett.



Auch der Oberkörper muss mittig gelegt werden.



Der Kopf des Verunglückten wird überstreckt und auf dem Brett abgelegt. Die Hände können unter das Kinn gelegt werden.



Bei stärkerem Seegang können die Arme für eine bessere Stabilität an der Seite herunterhängen gelassen werden. Das Brett wird dadurch zwar langsamer aber auch viel stabiler.



Liegt der Verunglückte auf dem Brett, klettert der Wasserretter von hinten auf das Brett, bis der Kopf etwa in Höhe des Gesäßes des Verunfallten ist.



Nun kann der Wasserretter an Land paddeln.



Auch hier können die Beine für eine bessere Stabilität eingesetzt werden.



Der Umgang mit dem Rettungsbrett sollte regelmäßig geübt werden.

Nach Erreichen des Ufers verbleibt der Verunfallte auf dem Rettungsbrett und wird mit diesem unter Mithilfe weiterer Helfer an Land getragen. Das Umlagern des Verunfallten vom Rettungsbrett an Land erfolgt mit den aus der Sanitätsausbildung bekannten Umlagerungstechniken.

Sofern erforderlich, kann eine erschöpfte Person ab knietiefen Wasser gestützt an Land laufen. Bewusstlose Personen werden durch die bekannten Transporttechniken an Land gebracht.

Quellen/Nachweise

Ausbilderhandbuch Rettungsschwimmen Anlage A10 Rettungsbrett

1.2.2.4 Rettungskajak

Ein Kajak ist ein leicht zu bedienendes Rettungsmittel. Auch Anfänger können sich schnell mit einem Kajak bewegen. Das Rettungskajak wird primär zur Überwachung von Wasserflächen und zum schnellen Erreichen von erschöpften Schwimmern eingesetzt. Halteschlaufen rund um das Rettungskajak ermöglichen es dem erschöpften Schwimmer sich festzuhalten. Es eignet sich gut für Absicherung von Schwimmveranstaltungen, weil mit dem Kajak dicht an die Schwimmer herangefahren kann. Der Kajakfahrer hat einen höheren Standpunkt als der Nutzer eines Rettungsbrettes oder ein Schwimmer und daher einen besseren Überblick. Auch für das Patrouillieren durch die Badezone ist ein Kajak hervorragend geeignet.



Durch die schnelle Einsatzbereitschaft und die hohe Geschwindigkeit, die ein geübter Wasserretter erreichen kann, besitzt das Rettungskajak einen hohen Einsatzwert.

Vorteile

- Das Rettungskajak ist leicht zu transportieren
- Das Rettungskajak erreicht hohe Geschwindigkeiten
- Das Rettungskajak kann ermüdungsarm fortbewegt werden

Nachteile

- Das Lagern von bewusstlosen Personen ist auf dem Rettungskajak schwierig
- Das Herausziehen von Personen auf das Rettungskajak erfordert umfangreiches Üben
- Im Vergleich zum Rettungsbrett ist das Rettungskajak weniger handlich und sperriger

Aufsteigen auf das Rettungskajak

Das Rettungskajak wird an den dafür vorgesehenen Griffen am Bug angehoben und ins Wasser gezogen. Dabei ist das Paddel zu sichern. Der Bug des Rettungskajaks zeigt im rechten Winkel zu ggf. vorhandenen Wellen. Im stehtiefen Wasser setzt sich der Wasserretter seitlich in die dafür vorgesehene Sitzmulde. Wenn er sicher sitzt, werden die Beine nachgeführt und in die dafür vorgesehenen Fußmulden positioniert.

Fahren



Der Vortrieb erfolgt durch das Doppelpaddel.

Beim Durchqueren von Wellen oder der Brandung werden diese im rechten Winkel angefahren. Dabei wird das Körpergewicht bugwärts verlagert und der Wellenkamm mit kräftigen Paddelbewegungen angefahren. Beim Hinabgleiten vom Wellenkamm in das Wellental wird das Körpergewicht heckwärts verlagert.

Retten

Das Kajak fährt an den Verunglückten heran und dieser kann sich hinten an den Griffen festhalten und aus der Gefahrenzone gezogen werden.



Sofern möglich, sollte der Verungfallte auf das Rettungskajak steigen oder gehoben werden.

Drauf ziehen des Verungfallten auf das Rettungskajak

Der Verunglückte zieht sich die Rutsche hinauf und hält sich in den Griffmulden am Rückenstück fest.



Der Retter hilft dem Verunglückten ein Stück auf die Rutsche.



Der Verunglückte klettert über die Rutsche ins Kajak und setzt sich hinter den Retter. Der Retter muss hierfür im Kajak nach vorn rutschen.



Heraufheben des Verunfallten auf das Rettungskajak

Zum Heraufheben des Verunfallten auf das Rettungskajak nimmt der Wasserretter eine sichere Sitzposition mit den Beinen im Wasser zur Stabilisierung des Rettungskajaks ein. Je nach Bauart wird der Verunfallte nun schonend auf das Rettungskajak gezogen.

Zierliche Personen und Kinder können seitlich in das Kajak gezogen werden. Sie können dann zwischen den Beinen des Retters Platz nehmen oder sich am Bug des Kajaks auf die kleine Sitzfläche setzen.



Sicherung von Personen am Rettungskajak

Ist das Heraufziehen einer Person auf das Rettungskajak nicht möglich, kann sich diese an den Griffleinen festhalten und so an Land gebracht werden. Alternativ kann der Person auch ein Gurtretter angelegt und diese vom Rettungskajak gezogen werden.

Quellen/Nachweise

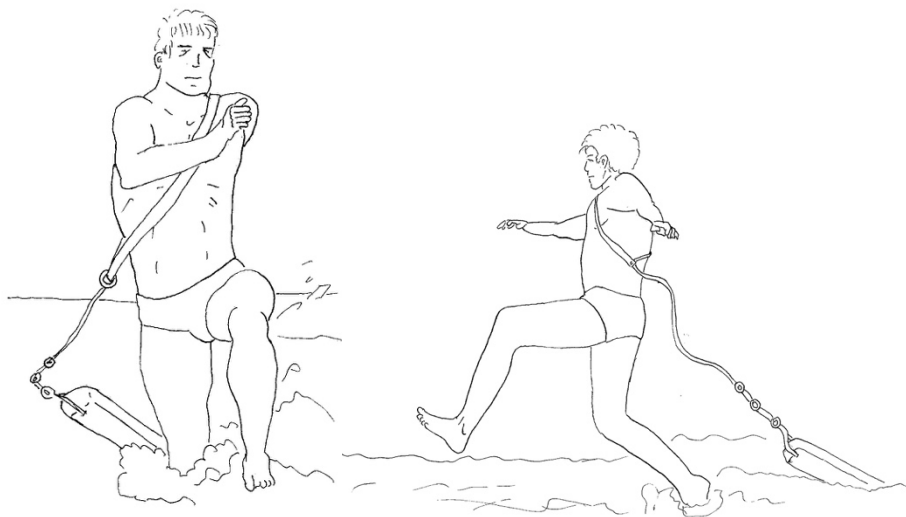
Keine

1.2.3 Schwimmen in der Brandung

Das schnelle Durchqueren des Brandungsbereiches stellt den Wasserretter vor eine große Herausforderung. Da die Wellen den Wasserretter, gerade im anfänglichen Flachwasserbereich, wieder zurück an Land drücken, gibt es einige Techniken um diesen Bereich schnell und sicher zu durchqueren:

Wading

Als „Wading“ wird das schnelle Durchwaten des etwa knie- bis Oberschenkel-tiefen Flachwasserbereiches bezeichnet. Beim Durchwaten des Wassers werden die Füße und die Unterschenkel beim Nach-vorne-führen komplett aus dem Wasser gehoben und seitlich über der Wasseroberfläche nach vorne geführt.



Dolphin-jumps

Als „Dolphin-jumps“ werden Sprünge im hüfttiefen Wasser bezeichnet, bei denen der Körper, wie beim Startsprung, nach vorne über das Wasser geführt wird und im flachen Winkel eintaucht. Die Füße stoßen sich nach dem Grundkontakt von diesem ab.



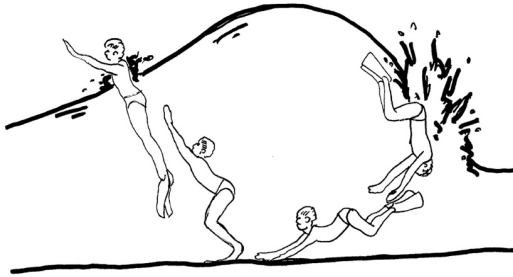
Durchtauchen brechender Wellen / Duck-Diving

Als „Duck-Diving“ wird das Untertauchen der Brandungswellen bezeichnet. Der Schwimmer taucht vor der Welle in Grundnähe ab, um den dortigen Brandungssog auszunutzen. Der Schwimmer stößt sich kräftig vom Grund ab, um hinter dem Wellenkamm aufzutauchen und dort unmittelbar weiter zu schwimmen.



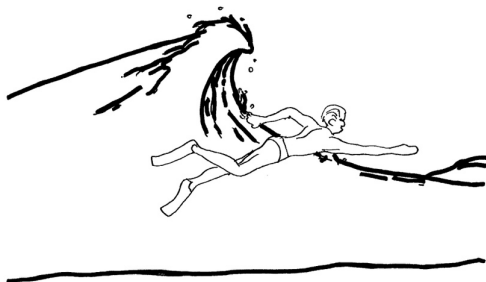
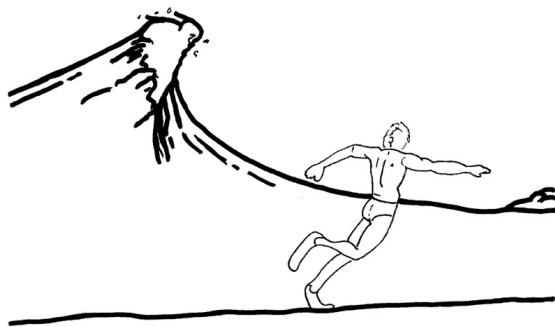
Richtungswechsel im Brandungsbereich

Beim Schwimmen im Brandungsbereich ist die Orientierung von großer Bedeutung. Zur Orientierung in der Brandung kann es nötig sein schnelle Richtungswechsel auszuführen. Dafür wird die Energie der sich brechenden Welle genutzt.



Zurückkehren zum Ufer

Das Zurückkehren zum Ufer erfolgt idealerweise unter Ausnutzung der Wellenenergie. (Bodyurfen).



Quellen/Nachweise

Safety in Aquatic Environment; SLSA

Fischer, Künneth, Vorderauer: Taschenbuch für Wasserretter, 3. Überarbeitete Auflage, Bad Nenndorf, 2015

(Raum für eigene Notizen)

