

Kassel, den 31.08.2026

Tag der Ersten Hilfe

Drücken, drücken, drücken – jede Sekunde zählt

Anlässlich des Tags der Ersten Hilfe am 12.09.2026 empfiehlt die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau (SVLFG), die Erste-Hilfe-Kenntnisse aufzufrischen. Am wichtigsten ist es, die Maßnahmen zur Wiederbelebung zu beherrschen, wie der folgende Erfahrungsbericht zeigt.

Was für ein Geräusch. Es klang, als wäre jemand zu Boden gegangen. Mein Kollege, der gerade noch Reparaturarbeiten am Schlepper ausgeführt hat, liegt am Boden. Es wird doch nichts Schlimmes sein? Ich renne zu ihm, knie mich neben ihn, rufe und fasse ihn an – keine Reaktion. Atmung? Fehlanzeige!

Sofort rufe ich unseren Auszubildenden herbei, damit er einen Notruf absetzen kann. Ich selbst reiße das Hemd des Kollegen auf und lege meine Handballen übereinander auf die Mitte seines Brustkorbs. Und nun gibt es nur noch einen Gedanken: drücken, drücken, drücken.

Nach 30 Herzdruckmassagen unterbreche ich nur kurz für zwei Atemspenden – so, wie ich es zum Glück im Erste-Hilfe-Kurs gelernt habe. Sein Brustkorb hebt sich bei der Beatmung deutlich an – es klappt! Unser Auszubildender hat den Notruf abgesetzt und unterstützt mich nun. Ich drücke 30-mal, er beatmet zweimal. Nach einigen Minuten tauschen wir zügig unsere Positionen und setzen die Wiederbelebung gemeinsam fort.

Dann das erlösende Geräusch des Martinshorns: Der Rettungsdienst ist gleich da. Die Rettungskräfte sind froh, dass wir bereits mit den lebensrettenden Maßnahmen begonnen haben, und führen diese kontinuierlich fort. Dabei setzen sie auch medizinische Geräte ein.

„Es sieht gut aus“, lautet der etwas beruhigende Hinweis der Rettungskräfte. Nach einiger Zeit wird unser Kollege in den Rettungswagen geschoben und ins nahe gelegene Krankenhaus gebracht. Wochen später wissen wir: Er hat es geschafft!

Wie sieht es bei Ihnen aus?

Hätte auch bei Ihnen alles geklappt? Um in Akutsituationen wie bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand richtig zu handeln, sollten die Erste-Hilfe-Kenntnisse in einem Kurs regelmäßig aufgefrischt werden.



Wichtig ist auch zu wissen: Wo befindet sich der nächste öffentliche AED (Automatisierter Externer Defibrillator)? Ein AED kann bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand zusätzlich zur Herz-Lungen-Wiederbelebung zur Defibrillation eingesetzt werden. Wenn mehrere Helfer vor Ort sind, können sie die notwendigen Maßnahmen untereinander aufteilen. So kann die Wiederbelebung möglichst ohne Unterbrechung fortgesetzt werden.

Das Absetzen eines Notrufs ist übrigens nicht nur telefonisch über die 112 möglich, sondern inzwischen auch über die Notruf-App Nora (www.nora-notruf.de). Die App kann – sofern die entsprechenden Standortfunktionen aktiviert sind – den Standort an die zuständige Leitstelle übermitteln und dadurch die Ortung erleichtern.

Eine gute Vorbereitung ist alles, denn im Notfall zählt jede Sekunde.

Sascha Jordan
SVLFG

sicher & gesund aus einer Hand

Die Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau – kurz SVLFG – ist der Verbundträger der Landwirtschaftlichen Berufsgenossenschaft, Alters-, Kranken- und Pflegekasse. Durch die berufsständische Selbstverwaltung ist die direkte Mitwirkung der Versicherten sichergestellt. Mit den Kenntnissen über die besonderen Bedürfnisse der Versicherten und deren Betriebe trägt die SVLFG als Partner im ländlichen Raum zur größtmöglichen Arbeitssicherheit bei und unterstützt bei einer gesundheitsfördernden Lebensweise. Zu den herausragenden, übergreifenden Leistungen gehören die Betriebs- und Haushaltshilfe und speziell auf die Grüne Branche zugeschnittene Gesundheitsangebote. Die SVLFG zeichnet sich durch wirkungsvolle, versicherungszweigübergreifende Präventionsarbeit aus.



Sozialversicherung für Landwirtschaft, Forsten und Gartenbau

Weißensteinstraße 70 – 72, 34131 Kassel
Telefon: 0561 785-0, E-Mail: kommunikation@svlfg.de
Internet: www.svlfg.de

Pressesprecherin:
Martina Opfermann-Kersten Telefon: 0561 785-16183