

Erste-Hilfe-Training im Kirchenbezirk: W`s und A`s im Notfall

„Anschauen, Anfassen und Ansprechen“ – diese drei A’s gehören mit zu den wichtigsten Grundlagen der Ersten Hilfe. Dieses Wissen frischten knapp 20 ehrenamtliche Ersthelfer beim Erste-Hilfe-Training auf. Gemeinsam mit vielen anderen Ersthelfern stellen sie die von der Berufsgenossenschaft geforderte medizinische Sicherheit in den Gottesdiensten der zehn Gemeinden und bei kirchlichen Veranstaltungen im Bezirk Minden sicher.

Von 9 bis 17 Uhr trafen sich die Teilnehmenden am Samstag, 14. März 2026, in der Kirche in Minden. Unter der kompetenten Anleitung des Rettungssanitäters und Ausbilders Torsten Rüter wurden wichtige Erste-Hilfe-Maßnahmen aufgefrischt und praktische Handlungsschritte erklärt und geübt. Ziel war es, den Helfern mehr Sicherheit für den Ernstfall zu geben.

Prävention und Sicherheit

Ein Teil der Schulung beschäftigte sich mit Prävention und Sicherheitsfragen. So sollten Reinigungsmittel in Kirchengebäuden grundsätzlich vor Kindern gesichert aufbewahrt werden und Händedesinfektionsmittel aufgrund eines Entscheids der Kirchenleitung nicht mehr vorgehalten werden. Außerdem wurde darauf hingewiesen, dass in der Kirche keine Medikamente gelagert werden dürfen. Ebenso gehören medizinische Geräte wie Defibrillatoren, Blutdruckmessgeräte oder Blutzuckermessgeräte nicht zur Ausstattung vor Ort.

Erste Hilfe bedeutet auch Zuhören

Erste Hilfe umfasst nicht nur medizinische Maßnahmen. „Erste Hilfe ist auch Zuhören und sich um den verletzten Menschen kümmern“, erklärte Torsten Rüter. Gerade in belastenden Situationen sei es wichtig, Betroffene zu beruhigen, ihnen Aufmerksamkeit zu schenken und ihnen das Gefühl zu geben, nicht allein zu sein.

Schlaganfall und Herzbeschwerden erkennen

Ein weiterer Schwerpunkt lag auf dem Erkennen akuter Erkrankungen. Beim Schlaganfall kann der sogenannte „Herdblick“ helfen, typische Symptome frühzeitig wahrzunehmen. Dabei ist Zeit ein entscheidender Faktor – häufig wird von der „goldenen Stunde“ gesprochen, in der schnelle Hilfe besonders wichtig ist.

Auch die Unterschiede zwischen einem Angina-pectoris-Anfall und einem Herzinfarkt wurden erläutert. Beide können ähnliche Beschwerden verursachen und erfordern eine schnelle und richtige Einschätzung.

Im Notfall richtig handeln

Als wichtiger Grundsatz der Notfallmedizin wurde den Teilnehmenden der Leitsatz vermittelt: „Treat first what kills first“ – also zuerst das behandeln, was das Leben unmittelbar bedroht. Nach einem Sturz ist es wichtiger, eine Bewusstlosigkeit zu behandeln, als eine kleine blutende Wunde.

Die fünf W-Fragen durften auch auf keinen Fall fehlen: sind sie doch unerlässlich für die Absetzung des Notrufs. Wo, was, wie viele, welche und das Warten auf Rückfragen.

Richtig praktisch wurde es bei den Übungen zur stabilen Seitenlage, Herzdruckmassage (Reanimation) und zur Rettung einer bewusstlosen Person aus der Kirchenbank. Torsten Rüter zeigte immer wieder die kleinen Kniffe, mit denen sich der Ersthelfer den Ablauf besser merken oder die einzelnen Handgriffe noch leichter umsetzen lassen.

Am Ende des Trainingstages nahmen die ehrenamtlichen Ersthelfer nicht nur neues Wissen, sondern auch mehr Sicherheit für den Umgang mit Notfällen mit nach Hause. Regelmäßige Schulungen tragen dazu bei, im Ernstfall ruhig zu bleiben und schnell helfen zu können.

In den Pausen sorgten Kaffee und leckere Kuchen für Stärkung. Zur Mittagzeit wurden Bratwürstchen gegrillt und mitgebachte Salate sorgten für ein reichhaltiges Buffet. Der Austausch in den Pausen bot Gelegenheit, die Inhalte nochmals zu beleuchten und offene Fragen zu besprechen.

Der nächste Erste-Hilfe-Kurs ist für den 14. November 2026 erneut in der Kirche in Minden geplant.

16. März 2026

Text: cp

Fotos: cp/or

























