

# Kursnormen Niveau 1 für die Laienausbildung im Rettungswesen

## (Nothilfe in verschiedenen Situationen inkl. BLS<sup>1</sup> nach SRC<sup>2</sup>)

---

### 1. Allgemeine Zielsetzung

Die Ausbildung zum Erreichen von Niveau 1 soll jedermann ermöglichen, **Nothilfe** (erste allgemeine Massnahmen bei einer Notsituation, inkl. BLS) zu leisten. Nothilfe soll auf der Strasse, am Arbeitsplatz, bei Freizeit und Sport, im Haushalt, in der Armee und in der Katastrophenhilfe geleistet werden können. Jedermann soll fähig sein, in verschiedenen Situationen (bei Unfällen und medizinischen Vorfällen [Herzinfarkt], etc.) das Richtige zur richtigen Zeit zu tun und die Zeit sinnvoll zu nutzen, bis professionelle Hilfe eintrifft.

### 2. Zielpublikum

Jedermann ab 12 Jahren,  
Neulenker und Neulenkerin.

### 3. Ausbildungsinhalte

#### 3.1 Übersicht verschaffen

**Ziel:** Der Teilnehmer kann potenzielle und bestehende Gefahren erkennen, die vorhandenen Informationen erfassen und erste Massnahmen einleiten.

**Inhalte:** Schweregrad der Unfallsituation erfassen:  
- Menge der Verletzten abschätzen  
- Vorhandene Helfer feststellen  
- Vorhandene Mittel am Unfallort erfassen.

#### 3.2 Alarmierung

**Ziel:** Korrekte Alarmierung mit allen notwendigen Angaben, damit möglichst schnell das richtige Personal und das richtige Material auf dem Notfallplatz eintreffen. Zudem soll der Laienhelfer Anweisungen der professionellen Kontaktstelle entgegennehmen und umsetzen können.

**Inhalte:**

**3.2.1 Kenntnisse der Kontaktstellen: Rettungsdienste, Polizei, Feuerwehr**

**3.2.2 Meldevorgang:**

- **Wer?** Name, Tel.-Nr. und Adresse der anrufenden Person, Firma oder Institution
- **Was?** Ereignis: Verkehrs-, Betriebs-, Sport-, Haushaltsunfall etc. Brand, Explosion, Überfall usw. Akute Erkrankung (medizinischer Notfall)
- **Wann?** Zeit des Geschehens

---

<sup>1</sup> BLS = Basic Life Support

<sup>2</sup> SRC = Swiss Resuscitation Council

- **Wo?** Einsatzort: genaue Ortsangabe, genaue Adresse (optimaler Zufahrtsweg, Treffpunkt, Hauseingang beleuchten, Ambulanz einweisen)
- **Wie viele?** *Anzahl der Patienten und Alterskategorie*  
*Zustand der Patienten / Art der Verletzung:* ansprechbar oder bewusstlos, Bewegungen (Lebenszeichen), Atmung, Kopfverletzung, Verbrennung usw.
- **Weiteres?** *Besondere Bergung des Patienten erforderlich:* Ist der Patient eingeklemmt, verschüttet etc.?  
*Gefahren am Einsatzort:* Rauchentwicklung, Feuer, Explosionsgefahr, Strom, Wasser, Gas, Glatteis, auslaufende Flüssigkeit, toxische Stoffe  
Gefahrgut = orange Tafel mit Ziffer  
*Wenn Luftrettung erforderlich:* Landeplatz, Wetter, Hindernisse.

### 3.2.3 Anweisungen der professionellen Dienststellen entgegennehmen

## 3.3 Selbstschutz, Sicherheit, Hygiene

**Ziel:** Der Teilnehmer erkennt mögliche Gefahren, um weder sich selbst als Helfer noch den Patienten zusätzlich zu gefährden, und kann einfache Schutzmassnahmen ergreifen.

**Inhalte:**

### 3.3.1 Gefahren, z.B.:

*Strassenverkehr*

- laufender Strassenverkehr, Sicherung der Unfallstelle, Gefahren für Helfer und Patient (weitere Retter) erkennen
- auslaufende Produkte, Stoffe
- elektrischer Strom (Elektrofahrzeuge, Tram).

*Haushalt / Industrie / Militär / Freizeit*

- elektrischer Strom
- giftige Flüssigkeiten, gasförmige Stoffe
- bewegliche Güter, Krananlage etc.
- mögliche unsichtbare Gefahren (Strahlen, Gase, Explosionsgefahr).

### 3.3.2 Gesundheitliche Gefahren, z.B.:

*Kontakte mit Blut / Ausscheidungen*

- mögliche Krankheiten wie Hepatitis, HIV, Tbc etc.

### 3.3.3 Gefahren von unkontrollierten Reaktionen, z.B.:

- nicht voraussehbare Reaktionen eines Patienten, Angehörigen oder Mitbeteiligten sowie der Zuschauer.

### 3.3.4 Psychologische Probleme / Gefahren, z.B.:

- Ekel
- Zweifel, ob richtige Handlung / Massnahmen, Schuldgefühle.

### 3.3.5 Hilfs- und Schutzmöglichkeiten:

*Hilfsmittel und Massnahmen*

- Beatmungsmaske, Tuch etc.

- Handschuhe
- eventuell nicht beatmen, sondern nur Thoraxkompression
- Rettungsrufe (bei eventuellen Gefahren Patienten in Sicherheit bringen)
- Pannendreieck
- Beschränkung von Bergung und Umlagerung der Unfallopfer (nur in akuten und lebensbedrohlichen Situationen vornehmen).

### **3.4 Primäres ABC(D) (Patientenbeurteilung und LESOMA)**

**Ziel:** Der Teilnehmer kann die Patientenbeurteilung nach einfachen Schemen und die ersten Vorkehrungen zur Aufrechterhaltung oder Wiederherstellung der unmittelbar lebensnotwendigen Vitalfunktionen vornehmen sowie die wichtigsten Handlungsabläufe definieren.

**Inhalte:**

3.4.1 Vorgehen nach Algorithmen **A B C (D) UND BLUTSTILLUNG** ⇒ *siehe Beilage 1*

3.4.2 BLS (Modul) 5 Std. inkl. Prüfung

3.4.3 Lagerung:

- Patient wach	→ nach seinen Wünschen (nur wenn kein Verdacht auf Wirbelsäulenverletzung besteht)
- Patient bewusstlos	→ Bewusstloslagerung → HWS <sup>3</sup> stabilisieren  → Einschränkungen bei Wirbelsäulenverletzungen

3.4.4 Weitere Massnahmen:

Prävention oder Vermeidung von Komplikationen, Massnahmen einleiten bei speziellen Situationen, Brustschmerzen (Verdacht auf Herzinfarkt, Angina Pectoris), Verbrennung, Schlaganfall, Frakturen, Wirbelsäulen-Verletzungen etc.

### **3.5 Stressbewältigung (teilweise integriert in übrige Themen)**

**Ziel:** Der Teilnehmer kann mögliche Stresssituationen erkennen und situationsangepasst reagieren.

**Inhalte:**

- Begriffe und Definitionen
- Stress, Ängste und Gefühle von Patient und Helfer
- Ekel und Hemmungen
- "psychologische Erste Hilfe"
- Grundelemente bezüglich Kommunikation (z.B. im Umgang mit Kultur und verschiedenen Sprachen) in Notfallsituationen
- Grundbedürfnisse von Notfallpatienten, Patientenwahrnehmung
- Grundlagen einer organisierten Zusammenarbeit sowie Grundsätze der Aufgabenverteilung am Unfallort
- Ablaufschemen bezüglich Vorgehen (psychische Verarbeitung)
- Mögliche Kontaktadressen für die Stressbewältigung

**Bemerkung:** Wird anhand konkreter Praxisbeispiele vermittelt.

---

<sup>3</sup> HWS = Hals-Wirbel- Säule

### **3.6 Hintergrundwissen Anatomie / Physiologie / Pathophysiologie (teilweise integrierter Inhalt der übrigen Themen)**

**Ziel:** Der Teilnehmer hat gehört / ist orientiert über Aufbau und Funktion des gesunden menschlichen Körpers sowie über dessen Störungen und Symptome.

**Inhalte:**

- Herz-Kreislauf-System: Kreislaufapparat, Herz
- Atmungssystem: Lunge, Atemwege, Atemmechanismus
- Nervensystem: Gehirn, Rückenmark.

### **3.7 Rechte und Pflichten**

**Ziel:** Der Teilnehmer kennt die Grundlagen der gesetzlichen Nothilfe.

**Inhalt:** Je nach Situation (z.B. Schweiz. Strafgesetzbuch oder Unterlassung der Nothilfe des Bundesgesetzes Ziff. 1, Art. 128).

### **3.8 Weitere Fort- und Weiterbildungsmöglichkeiten**

**Ziel:** Der Teilnehmer ist über weitere Bildungs- und Kursangebote sowie über deren Sinn und Zweck informiert.

**Inhalte:**

- Stellenwert des Laieneinsatzes innerhalb der Rettungskette
- Ziel und Zweck der verschiedenen Angebote im Rettungswesen
- Voraussetzungen für den Besuch der einzelnen Kurse resp. der Niveaus
- Gültigkeitsdauer der Kurse und deren Wiederholungsmöglichkeiten
- Einsatzmöglichkeiten nach dem Besuch der einzelnen Niveaus und der Zusatzangebote.

## **4. Methodisches / didaktisches Vorgehen**

- Praktische Fertigkeiten sind anhand von Fallbeispielen zu üben (etwa 70% der Kurszeit ist für praktisches Üben vorzusehen).
- Wissensvermittlung anhand verschiedener Medien
- Wissensvermittlung anhand von formativen Erfolgskontrollen (Standortbestimmungen) überprüfen
- Motivation für die Laienhilfe fördern und deren Stellenwert innerhalb der Rettungskette wiederholt aufzeigen.

## **5. Lehrmaterial**

- Rea-Fantome (Qualitätsüberprüfung gemäss SRC-Normen, z.B. Kontrollstreifen)
- Wünschbar sind einheitliche Ausbildungsunterlagen mit Themen / Inhalten, Zielen / Zeiten.
- Moulagen, Überstreckungsmodell
- Verschiedenste Medien für die Stoffvermittlung (z.B. Demo – Video)
- Taschenmaske, Handschuhe
- Anatomische Modelle, Plakate, Folien etc.

## 6. Prüfung und Wiederholungsmöglichkeiten

- Praktische Fertigkeiten anhand von Fallbeispielen und Prüfung BLS
- Wiederholung der Prüfung nach Besuch von zusätzlichen Lektionen.

## 7. Kursdauer

Insgesamt 15 Stunden inkl. Prüfungszeit.

## 8. Ausweis

Wird später definiert.

## 9. Gültigkeitsdauer des Ausweises

Die Gültigkeitsdauer beträgt sechs Jahre für den Antrag Lehrfahrausweis.

BLS nach Vorgaben des SRC zu wiederholen.

## 10. Anforderungen an Kursanbieter

### 10.1 Anforderungen an Institutionen

- Stellt die Kursorganisation, die Durchführung und das Vorliegen der entsprechenden Kursunterlagen sicher.
- Stellt sicher, dass die Ausbilder dem vorgegebenen fachlichen und methodisch / didaktischen Anforderungsprofil und den Richtlinien der zuständigen Fachinstanzen und Behörden genügen.
- Für jeden angebotenen Kurs muss mindestens eine Person über die Ausbildungszertifizierung verfügen<sup>4</sup>.
- Ist für die Qualitätssicherung verantwortlich.

### 10.2 Voraussetzungen für Ausbilder Niveau 1

- Methodisch-didaktische Kompetenz für diese spezielle Aufgabe  
- Nachweis: Grundlagen der Erwachsenenbildung (mindestens 3-tägiger Kurs; Praxis- und Weiterbildungsnachweis nicht älter als vier Jahre).
- Fachliche Ausbildung mindestens auf Niveau 2.
- Nachweis an praktischer Erfahrung mit Patientenkontakt:  
z.B. zweiwöchiges Praktikum im Rettungswesen oder Notfall, oder Praktikum in einem Pflegeheim, Spital oder Erfahrung als Posten-Samariter resp. Betriebssanitäter (mindestens 10 – 15 Std.).  
Ziel: grundsätzlich Patientenbedürfnisse erfassen können.
- Personen, welche vor der Inkraftsetzung der Laienzertifizierung bereits als Ausbilder tätig waren und regelmässig Fortbildungen für diese Tätigkeit besucht haben.
- Gültiger BLS- und AED<sup>5</sup>-Ausweis nach den SRC Normen.

---

<sup>4</sup> Übergangsfrist: Nach einer festgelegten Übergangsfrist ist die Leitung jedes Kurses einem zertifizierten Ausbilder zu übertragen.

<sup>5</sup> AED = Automatische externe Defibrillation

### **10.3 Nachweise der oben beschriebenen Voraussetzungen**

- Kompetenznachweis
- Nachweis der praktischen Erfahrung und des Patientenkontakts
- Nachweis regelmässige Fort- und Weiterbildung.

### **10.4 Gültigkeitsdauer**

- Die Gültigkeitsdauer des Zertifikats für Ausbilder beträgt vier Jahre
- Zur Gültigkeitsdauer „BLS und AED“ sind die SRC-Normen zu beachten.

**Arbeitsgruppe:** Frau G. Hagen, MA, Projektleiterin SRK und Leitung Arbeitsgruppe, Expertin SRK für dipl. Rettungssanitäter  
Herr F. Portmann, BDO Visura, Koordination Arbeitsgruppen  
Herr G. Meli, SMEDREC  
Frau B. Magnin-Riedi, Rotkreuzdienst SRK  
Herr R. Hausmann, Emergency Schulungszentrum AG Zofingen  
Herr J. Wicki, Wicki + Ambühl Bern  
Herr V. Sieber, Reaswiss Thun  
Frau M. Kämpfer, Schweiz. Samariterbund SSB Olten  
Frau M. Baumann, SVBS  
Herr S. Dreyer, Sanitätspolizei Bern  
Frau Ch. Honegger-Rupp, Bundesamt für Logistiktruppen BALOG  
Herr E. Greuter, San Arena Rettungsschule Zürich  
Frau H. Berek, Klubschule Migros Zürich

### **Literaturnachweis:**

- Swiss Resuscitation Council SRC, Kursanforderungen 2002

Verabschiedet vom Steuerungsausschuss des Projekts „Zertifizierungsstelle für die Laienausbildung im Rettungswesen“ am 15. Januar 2003

Genehmigt von der SMEDREC am 16. Januar 2003