

- Die praktische Einzelaufgabe wird von jedem Mitglied des Trupps eigenständig bearbeitet.
- Dabei zieht jedes Trupp-Mitglied eine zufällige Aufgabe aus einem vorgegebenen Pool an Szenarien, die je nach Leistungsstufe variieren.
- Die Bearbeitung erfolgt ohne Unterstützung der anderen Trupp-Mitglieder.
- Sämtliche Anforderungen an Material oder Unterstützung dürfen ausschließlich an die Bewerter gerichtet werden.
- Die Aufgabe gilt als abgeschlossen, wenn der Teilnehmer diese als fertig meldet, und die Zeitmessung endet entsprechend.
- Die Anforderungen der Aufgaben steigen mit den jeweiligen Leistungsstufen!
- Es ist die PSA (Persönliche Schutzausrüstung) zu verwenden!

**Hinweis:** Die Anwendung der 3S-Regel ist Pflicht und muss dem Bewerter-Team mündlich mitgeteilt werden. Unter der 3S-Regel versteht man ein Schema, das zur Beurteilung einer Einsatzstelle verwendet wird.

## 1. Scene (Einsatzstelle)

1. Beurteilung der Art der Einsatzstelle:
  - Beispiel: In einem Industriebetrieb gelten andere Bedingungen und Gefahren als in einem Ein- oder Mehrfamilienhaus.
2. Unterschiedliche Einsatzorte bringen spezifische Gefahrenlagen mit sich.

## 2. Safety (Sicherheit)

- Der Eigenschutz der Einsatzkräfte hat höchste Priorität.
- Vor und beim Betreten der Einsatzstelle ist zu prüfen:
  - Besteht eine Gefahr durch Stoffe (chemisch, biologisch)?
  - Gibt es krankheitserregende Einflüsse?
  - Ist mit aggressiven Personen zu rechnen?
  - Ist die Einsatzstelle ausreichend gegen fließenden Verkehr gesichert?
  - Gibt es sonstige Gefahren?

## 3. Situation (Lageeinschätzung)

- Bewertung der tatsächlichen Lage:
  - Stimmt die Lage mit der Einsatzmeldung überein?
  - Wie viele Patienten sind betroffen? (MANV – Massenanfall von Verletzten?)

- Welche Kräfte oder Einwirkungen haben auf die Patienten eingewirkt? (z. B. Fahrzeugverformungen)
- Müssen weitere Einsatzkräfte nachgefordert werden?
  - Rettungsdienst, Notarzt (NEF), Polizei, Luftrettung etc.

---

## Aufgaben je Leistungsstufe

---

### Leistungsstufe Bronze (I)

Aufgaben:

- Kontrolle der Lebensfunktionen und das Verbringen eines Notfallpatienten in die stabile Seitenlage
- Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW/CPR) in der 1-Helfer-Methode
- Anlegen von Dreiecktuchverbänden (Kopf, Knie und Hand)
- Versorgung einer starken Blutung mittels Druckverbands

### Leistungsstufe Silber (II)

**Hinweis:** Für alle Aufgaben dieser Stufe sind das xABCDE-Schema und der BEFAST-Test verpflichtend anzuwenden.

Aufgaben:

- Kontrolle der Lebensfunktionen und das Verbringen eines Notfallpatienten in die stabile Seitenlage
- Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW/CPR) in der 1-Helfer-Methode
- Anlegen von Dreiecktuchverbänden (Kopf, Knie und Hand)
- Versorgung einer starken Blutung mittels Druckverbands
- Durchführung von Schockbekämpfung und Basismaßnahmen (z. B. 5 Lagerungsarten)
- Versorgung einer Brandverletzung

### Leistungsstufe Gold (III)

**Hinweis:** Für alle Aufgaben dieser Stufe sind das xABCDE-Schema und der BEFAST-Test verpflichtend anzuwenden.

Aufgaben:

- Kontrolle der Lebensfunktionen und das Verbringen eines Notfallpatienten in die stabile Seitenlage
- Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW/CPR) in der 1-Helfer-Methode
- Anlegen von Dreiecktuchverbänden (Kopf, Knie und Hand)
- Versorgung einer starken Blutung mittels Druckverbands
- Durchführung von Schockbekämpfung und Basismaßnahmen (z. B. 5 Lagerungsarten)
- Versorgung einer Brandverletzung
- Crashrettung aus einem Fahrzeug
- Versorgung einer Augenverletzung

---

# EinzelAufgabe 1: Kontrolle der Lebensfunktionen und verbringen in die stabile Seitenlage (Erwachsene, Jugendliche ab der Pubertät)

## (Bronze / Silber / Gold)

---

Hinweis: Bei Bewusstlosigkeit ist die Gefahr des Erstickens durch Verlegen der Atemwege höher zu bewerten als die Gefahr von weiteren Schäden. Das gilt auch bei Verdacht auf eventuelle Wirbelsäulenschäden.

### Aufgabe:

Eine reglose Person wird außerhalb einer Gefahrenzone aufgefunden. Die notwendigen Schritte sind durchzuführen.

Selbstschutz: Zum Selbstschutz sind Einmalhandschuhe zu tragen

#### 1. Notfallcheck:

- Kontrolle des Bewusstseins: Sprechen Sie die Person laut an, schütteln Sie die Person sanft an den Schultern
- Eine reglose Person wird zunächst auf dem Rücken gelagert, um Bewusstsein und Atmung zu überprüfen.

#### 2. Hilferuf:

- Rufen Sie um Hilfe bzw. teilen Sie dies dem Bewerter mit.

#### 3. Atemwege freimachen:

1. Erste Hand an die Stirn
2. Zweite Hand ans Kinn
3. Kopf in den Nacken überstrecken
4. Kopfstellung halten

4. Atmung überprüfen:

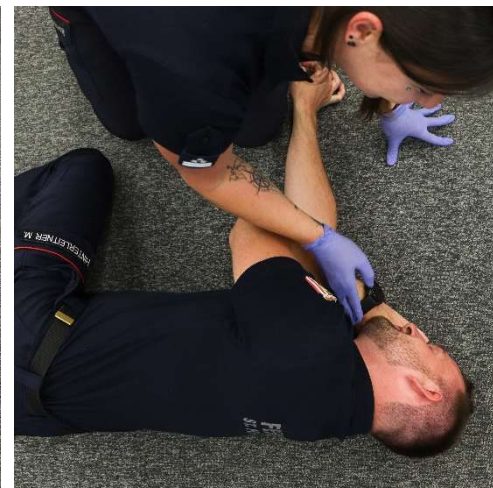
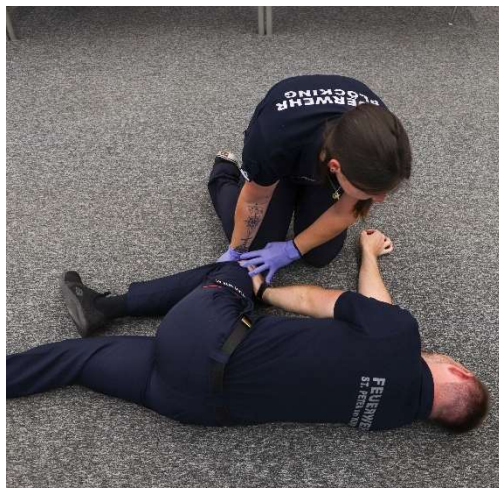
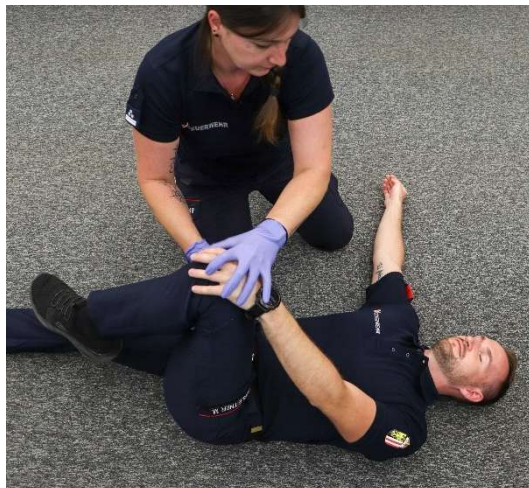
1. Sehen (Brustkorbbewegungen, Bauchbewegungen)
2. Hören (Atemgeräusche)
3. Fühlen (Ausatemungsluft)
4. Etwa 10 Sekunden lang



5. Notfalldiagnose stellen und dem Bewerter mitteilen:  
Bewusstlosigkeit

6. Stabile Seitenlagerung:

1. Näher liegenden Arm des Bewusstlosen im rechten Winkel vom Körper wegstrecken
2. Gegenüberliegendes Bein in der Kniekehle ergreifen
3. Gegenüberliegenden Arm am Handgelenk fassen
4. Knie des Notfallpatienten zum Handgelenk führen.  
Die Schulter muss dabei den Bodenkontakt behalten
5. Die Hand in der Kniekehle und die, das Handgelenk haltende Hand, in der Position belassen
6. Patienten durch Drehung zu Ihnen in die stabile Seitenlage bringen
7. Kopf in Richtung Nacken überstrecken und dann das Gesicht etwas dem Boden zuwenden und den Mund öffnen



7. Verständigung der Einsatzleitung Arzt / Rettung anfordern

8. Weitere Kontrolle: Atemkontrolle jede Minute

9. Schockbekämpfung/Basismaßnahmen:

- Guter Zuspruch
- Öffnen beengender Kleidungsstücke
- Zudecken des Bewusstlosen
- Wundversorgung
- Fenster öffnen
- Lagerung

Meldung an den Bewerter: Prüfungsteilnehmer ist mit der Prüfungsstation fertig.



## EinzelAufgabe 2: Herz–Lungen–Wiederbelebung in der 1 Helfer Methode

### (Bronze / Silber / Gold)

#### Aufgabe:

Der Notfallcheck an einer am Boden liegenden reglosen Person hat die Notfalldiagnose „Atem- Kreislauf-Stillstand“ ergeben. Sie befinden sich nicht in einer Gefahrenzone. Die notwendigen Schritte sind durchzuführen.

Selbstschutz: Zum Selbstschutz sind Einmalhandschuhe zu tragen

#### 1. Verständigung der Einsatzleitung

Sowie: Arzt / Rettung anfordern

#### 2. Herzdruckmassage:

1. Oberkörper des Notfallpatienten freimachen Druckpunkt in der Mitte des Brustkorbes suchen Handballen auf den Druckpunkt legen
2. Finger berühren nicht den Brustkorb des Notfallpatienten. Zweite Hand auf die erste Hand legen
3. Arme durchstrecken. Herzdruckmassage durchführen. Anzahl: 100 bis 120-mal pro Minute. Drucktiefe: 5 bis 6 cm
4. Rhythmisches Be- und Entlasten des Brustkorbes Handballen heben nicht vom Brustkorb ab
5. 30 Herzdruckmassagen durchführen



6. Beatmung:

1. Beatmungstuch auf das Gesicht des Notfallpatienten legen
2. Kopf in den Nacken überstrecken
3. Nase des Notfallpatienten zuhalten 2-mal in den Mund beatmen, dabei Kontrolle, ob sich der Brustkorb hebt.
4. In der Ausatemphase den eigenen Kopf vom Mund des Notfallpatienten entfernen.



Rhythmus: 30 Herzdruckmassagen / 2 Beatmungen

Bewerter bestimmt das Ende der Prüfungsaufgabe.



## EinzelAufgabe 3: Dreiecktuchverbände

### (Bronze / Silber / Gold)

#### Aufgabe:

An einem Figuranten sind die drei gebräuchlichsten Dreiecktuchverbände anzulegen.

Selbstschutz: Zum Selbstschutz sind Einmalhandschuhe zu tragen

1. Schockbekämpfung/Basismaßnahmen: Erklären der Tätigkeit, Beruhigung

2. Anlegen des Verbandes:

#### Kopfverband

1. Keimfreie Wundauflage auf die Wunde legen
2. Basis (lange Seite) des Dreiecktuches überschlagen
3. Dreiecktuch an der Stirn anlegen und die beiden Enden der Basis in Richtung Hinterkopf schlagen
4. Enden der Basis verknoten
5. Dreiecktuch durch Anziehen an der Spitze spannen und Enden versorgen





### Knieverband

1. Keimfreie Wundauflage auf die Wunde legen
2. Basis (lange Seite) nach außen überschlagen, Dreiecktuch auflegen, Spitze liegt am Oberschenkel
3. Die beiden Enden der Basis in Richtung Oberschenkel schlagen und in der Kniekehle überkreuzen
4. Enden der Basis über den Oberschenkel schlagen und verknoten
5. Dreiecktuch spannen und Enden versorgen







### Handverband

1. Keimfreie Wundauflage auf die Wunde legen
2. Basis (lange Seite) des Dreiecktuches auf den Oberschenkel legen, Spitze zeigt zum Unterschenkel. Verletzte Hand auf das Dreiecktuch legen
3. Spitze des Dreiecktuches über die verletzte Hand schlagen
4. Beide Enden der Basis über der Wundauflage in Richtung Handgelenk überkreuzen
5. Enden der Basis hinter dem Handgelenk verknoten





Alternativ kann an Stelle des Dreiecktuchs auch eine selbsthaftende, elastische Fixierbinde (z.B. Peha- Haft) verwendet werden

3. Verständigung:

- Verständigung der Einsatzleitung
- Arzt / Rettung anfordern

Meldung an den Bewerter: Prüfungsteilnehmer ist mit der Prüfungsstation fertig.

## Einzelaufgabe 4: Versorgung einer starken Blutung mittels Druckverbands

### (Bronze)

#### Aufgabe:

Eine Person hat sich eine Verletzung zugezogen und blutet nun stark aus dem Unterarm.  
Die Person ist bei Bewusstsein. Sie befinden sich nicht in einer Gefahrenzone!

Selbstschutz: Zum Selbstschutz sind Einmalhandschuhe zu tragen

Blutstillung durch manuellen Druck und Druckverband

1. Verletzten hinsetzen oder hinlegen
2. Hochhalten des verletzten Körperteiles: Lagern Sie das Körperteil mit der stark blutenden Wunde (Arm, Bein) hoch. Das verringert die Blutzufuhr ins Wundgebiet. Alternativ bitten Sie den Verletzten (falls ansprechbar) oder einen Umstehenden, die verletzte Extremität nach oben zu halten.
3. Größere Blutgefäße abdrücken: Zusätzlich können Sie versuchen, größere Blutzuführende Gefäße ins Wundgebiet abzudrücken. Am Arm ist der richtige Punkt dafür die Arterie zwischen Bizeps und Trizeps (Oberarmmuskeln). Am Bein pressen Sie vor dem Anlegen des Druckverbands in die Leiste des Verletzten (mittig).
4. Keimfreie Wundauflage auf die Wunde legen und sie damit komplett abdecken. Manuellen Druck ausüben
5. Der Notfallpatient kann aufgefordert werden, den manuellen Druck kurz zu übernehmen
6. Vorbereiten zweier Dreiecktuch-Krawatten oder einer elastischen, selbsthaftenden Fixierbinde, oder einer elastischen Mullbinde, oder eines Momentverbandes.





7. Eine Dreiecktuch-Krawatte zusammenfalten und als saugfähigen Druckkörper auf die keimfreie Wundauflage legen oder ein geöffnetes Verbandspäckchen / Mullbinde als saugfähigen Druckkörper auf die keimfreie Wundauflage legen.
8. Mit der zweiten Dreiecktuch-Krawatte den Druckkörper und die keimfreie Wundauflage fixieren. Der Knoten ist über der Wunde.





oder

- 7.1. Den Druckverband mittels einer elastischen, selbsthaftenden Fixierbinde, oder einer elastischen Mullbinde, oder eines Momentverbandes über den Druckkörper und die keimfreie Wundauflage fixieren.
8. Kontrolle der Körperteile unterhalb des Druckverbandes auf Veränderung.
9. Schockbekämpfung/Basismaßnahmen und Weiterhin auf Patienten achten.



Wenn Sie Erste Hilfe bei einer blutenden Wunde leisten, sollten Sie immer auch mögliche Schockanzeichen des Patienten achten. Prüfen Sie regelmäßig Atmung und Puls und leiten Sie bei Bewusstlosigkeit entsprechende Maßnahmen ein.

Wird oder ist der Betroffene ohnmächtig, atmet aber selbstständig, bringen Sie ihn in die stabile Seitenlage.

Atmet der Patient nicht mehr, beginnen Sie sofort mit der Wiederbelebung (Reanimation).

10. Verständigung:

- Verständigung der Einsatzleitung
- Arzt / Rettung anfordern

Meldung an den Bewerter: Prüfungsteilnehmer ist mit der Prüfungsstation fertig.

## Einzelaufgabe 5: Schockbekämpfung (Lagerungsarten)

### (Silber / Gold)

#### Aufgabe:

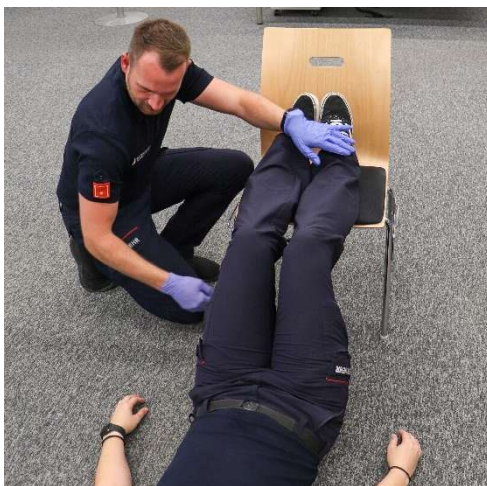
Es gibt fünf Lagerungsarten, welche bei erhaltenem Bewusstsein und mit Zustimmung des Notfallpatienten angewendet werden können. Führen Sie die fünf Lagerungsarten vor und beschreiben Sie, wann sie angewendet werden.

Selbstschutz: Zum Selbstschutz sind Einmalhandschuhe zu tragen

#### 1. Allgemeine Schockbekämpfung/Basismaßnahmen:

##### Blutverlust, Verbrennungen, Kollaps:

1. Beinhochlagerung
2. zusätzlich können die Arme hochgehalten werden



##### Atemnot, Herzbeschwerden:

1. Oberkörper hoch lagern
2. Rücken des Notfallpatienten stützen
3. Arme des Notfallpatienten nach hinten abspreizen
4. zu tiefer, ruhiger Atmung anhalten



Kopfverletzung, Verdacht auf Schlaganfall,

Krampfanfall:

1. Mit leicht erhöhtem Kopf und Oberkörper in der stabilen Seitenlage lagern (ca. 30 Grad)
2. Deckenpolster



Bauchschmerzen, Bauchverletzung:

1. Rücken- oder Seitenlage mit angezogenen Knien
2. bei Rückenlage Deckenrolle unter die Knie und leicht erhöhten Oberkörper.



Verdacht auf Wirbelsäulen- oder Beckenverletzung:

1. Notfallpatient in vorgefundener Lage belassen
2. Ausnahme: Rettung aus der Gefahrenzone

2. Verständigung:

- Verständigung der Einsatzleitung
- Arzt / Rettung anfordern

Meldung an den Bewerter: Prüfungsteilnehmer ist mit der Prüfungsstation fertig.

---

## Einzelaufgabe 6: Versorgung einer Brandverletzung

### (Silber / Gold)

---

#### **Aufgabe:**

Eine Person hat sich Brandverletzungen zugezogen. Die Person ist bei Bewusstsein.  
Sie befinden sich nicht in einer Gefahrenzone!

Die Verbrennung ist eine Schädigung von Gewebe, die durch die Einwirkung von Hitze, UV-Strahlung oder ionisierender Strahlung entsteht.

Selbstschutz: Zum Selbstschutz sind Einmalhandschuhe zu tragen

Person am Weglaufen hindern.

#### 1. Kleidungsbrand löschen:

- Löschdecke
- Decke
- Person am Boden wälzen
- Schutzjacke
- geeigneter Feuerlöscher (nicht ins Gesicht spritzen!)

#### 2. Kleidung entfernen:

- Vorsichtiges Lösen der Kleidungsstücke
- eingebrannte Kleidung nicht entfernen

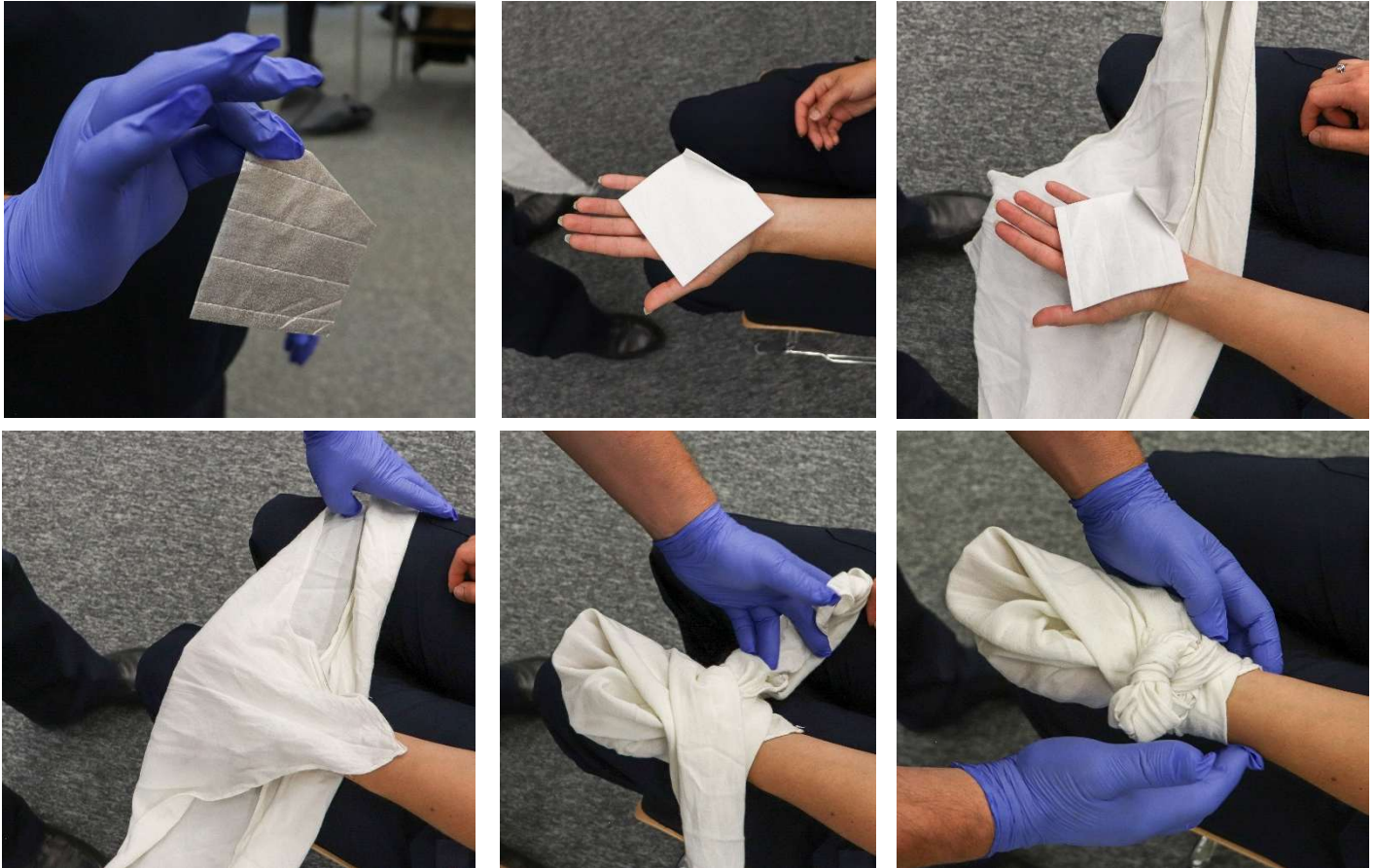
#### 3. Kühlen:

- mit handwarmem Wasser - bis der Schmerz nachlässt
- oder bis es dem Patienten zu kalt
- wird bzw. wenn dieser zu frösteln beginnt.
- Vorsicht – Unterkühlungsgefahr bei zu langer Kühlung!



4. Wundversorgung:

- Keimfreie, metallisierte (oder gleichwertige) Wundauflage locker fixieren
- Wichtig ist, die Wunde sauber zu halten!



5. Schockbekämpfung/Basismaßnahmen:

Gerade bei schweren Verbrennungen ist der Kreislauf zu unterstützen: die verletzte Person soll dabei eine angenehme Position einnehmen - Beine hochlagern.

6. Verständigung:

- Verständigung der Einsatzleitung
- Arzt / Rettung anfordern

Meldung an den Bewerter: Prüfungsteilnehmer ist mit der Prüfungsstation fertig.

Auch bei Verbrennungen 1. Grades kann es notwendig sein, bei einem Arzt vorstellig zu werden, wenn Symptome wie Übelkeit, Erbrechen, Kopfschmerzen, Fieber oder Unwohlsein auftreten.

Verbrennungen 2. Grades sollten, wenn die Blasenbildung größer als die Hand der verletzten Person ist, ärztlich versorgt werden.

Bei großflächigen Verbrennungen oder Verbrennungen 3. Grades ist immer der Notruf 144 zu wählen.



## EinzelAufgabe 7: Crashrettung aus PKW

(Gold)

### Aufgabe:

- Eine reglose Person wird sitzend in einem Unfallwagen vorgefunden.
- Sie befinden sich in einer Gefahrenzone!
- Während des Gesamt-Rettungsablaufes ist auf die Airbags zu achten.

Selbstschutz: Zum Selbstschutz sind Einmalhandschuhe zu tragen

### 1. Crashrettung aus PKW:

- An der Scheibe anklopfen und PKW-Tür öffnen
- Person ansprechen
- Hilferuf
- Motor abstellen, Zündschlüssel stecken lassen
- Kontrolle, ob die Beine frei sind und bei der Rettung nirgends hängen bleiben können
- Füße an den Sitz stellen
- Person festhalten und Sicherheitsgurt öffnen
- Innenliegende Schulter untergreifen und innenliegenden Unterarm greifen.
- Außenliegende Schulter untergreifen und ebenfalls innenliegenden Unterarm greifen
- In einer Zieh-Dreh-Bewegung die Person auf den eigenen Oberschenkel ziehen
- Person vom Fahrzeug wegschleifen
- Notfallcheck
- Stabile Seitenlagerung
- Schockbekämpfung/Basismaßnahmen





## 2. Verständigung:

- Verständigung der Einsatzleitung
- Arzt / Rettung anfordern

Meldung an den Bewerter: Prüfungsteilnehmer ist mit der Prüfungsstation fertig.



## EinzelAufgabe 8: Versorgung einer Augenverletzung

### (Gold)

#### Aufgabe:

Eine Person klagt über Schmerzen in einem Auge, die durch eine plötzlich aufgetretene Staubwolke entstanden sind. Sie befinden sich nicht in einer Gefahrenzone!

Hinweis: Die Versorgung von Augennotfällen kann bei Verätzungen durch chemische Substanzen notwendig werden. Denn Säuren, Reinigungsmittel oder Laugen können die Augen stark verletzen. Deshalb sollten solche chemischen Substanzen so schnell wie möglich mit sauberem Wasser gründlich ausgespült werden →

Vergiftungsinformationszentrale (VIZ) rund um die Uhr - Notrufnummer: 01 406 43 43

Selbstschutz: Zum Selbstschutz sind Einmalhandschuhe und Schutzbrillen / Visier des Feuerwehrhelm zu tragen

#### 1. Versorgung der Augenverletzung

- Beide Augen kontrollieren
- Grobe Verschmutzungen um das Auge mit einer keimfreien Wundauflage wegwischen
- Das verätzte Auge mit klarem Wasser (oder geeigneter Augenspülflasche) ca. 10 bis 15 Minuten ausspülen
- Das verätzte Auge nach unten halten, damit die ätzende Substanz auf kürzestem Weg abrinnen kann
- Während des Spülens den Verletzten anhalten, die Augen zu drehen
- Schockbekämpfung/Basismaßnahmen

#### 2. Verständigung:

- Verständigung der Einsatzleitung
- Arzt / Rettung anfordern



Meldung an den Bewerter: Prüfungsteilnehmer ist mit der Prüfungsstation fertig.