

2 Durchführung der Stablen Seitenlage

Durch die **Stabile Seitenlage** wird sichergestellt, dass die Atemwege freigehalten werden und Erbrochenes, Blut etc. ablaufen kann - der Mund des Betroffenen wird zum tiefsten Punkt des Körpers. Der Betroffene wird so vor dem Erstickten bewahrt.

Durchführung der Stablen Seitenlage

Schritt 1

Seitlich neben dem Betroffenen knien. Beine des Betroffenen strecken. Den nahen Arm des Bewusstlosen angewinkelt nach oben legen, die Handinnenfläche zeigt dabei nach oben.

Schritt 2

Fernen Arm des Betroffenen am Handgelenk greifen. Arm vor der Brust kreuzen, die Handoberfläche des Betroffenen an dessen Wange legen. Hand nicht loslassen.

Schritt 3

An den fernen Oberschenkel greifen und Bein des Betroffenen beugen.

Schritt 4

Den Betroffenen zu sich herüber ziehen. Das oben liegende Bein so ausrichten, dass der Oberschenkel im rechten Winkel zur Hüfte liegt.

Schritt 5

Hals überstrecken, damit die Atemwege frei werden. Mund des Betroffenen leicht öffnen. Die an der Wange liegende Hand so ausrichten, dass der Hals überstreckt bleibt.

Auch in der stabilen Seitenlage müssen Sie immer wieder

-) **Bewusstsein**
-) **Atmung**
-) **Lebenszeichen**

des Betroffenen kontrollieren.

Achten Sie darauf, dass der Mund des Betroffenen als tiefster Punkt des Körpers erhalten und dass sein Kopf nackenwärts gebeugt bleibt.

