

## 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 Ersticken 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.

