# Stabile Seitenlage – Bewusstlosenlagerung

In Rückenlage ist die bewusstlose Person durch eine mögliche Verstopfung der Atemwege gefährdet, z.B. durch Fremdkörper, Blut, Erbrochenes oder durch die zurückfallende Zunge. Zusätzlich können Husten- oder Schluckreflexe fehlen. Jeder Bewusstlose gehört deshalb in die Bewusstlosenlagerung, damit die Atemwege frei sind, der Sekretausfluss gewährleistet ist und die Person stabil liegt.

Sämtliche Handlungen sind gegenüber der bewusstlosen Person zu erläutern, da diese ihre Umgebung immer noch wahrnehmen können.

Um die Person zu drehen, fasst man sie an Schultergürtel und Hüfte gleichzeitig und dreht sie gleichmässig zu sich. Die Drehung erfolgt «en bloc», d.h. ohne Verdrehung der Längsachse, bis die Bauchseite stark in Richtung Boden zeigt und auf den Oberschenkel des Helfenden abgestützt ist.



*Abbildung 1: Stabile Seitenlage*

## Ablauf stabile Seitenlage

1. Neben Person knien.
2. Brille entfernen, Hörgeräte abnehmen. Harte Gegenstände aus der Hosentasche entfernen (Mobiltelefon, Schlüsselbund), ohne den Patienten zu bewegen.
3. Den zugewandten Arm des Patienten rechtwinklig abspreizen.
4. Den abgewandten Arm des Patienten hoch auf seine Brust legen.
5. Beine gestreckt nebeneinanderlegen.
6. Patienten an Schultergürtel und Hüfte fassen und «en bloc» zum Helfer drehen, bis die Bauchseite stark in Richtung Boden zeigt und auf dem Oberschenkel des Helfers abgestützt ist. Oberen Arm und oberes Bein anwinkeln und abstützen.
7. Kopf vorsichtig nach hinten strecken, Mund geöffnet nach unten.
8. Patienten gegen Witterung (Sonne, Kälte, Nässe) schützen.
9. Atmung regelmässig überprüfen und Person überwachen.

**BEACHTE** Person, welche sich bereits in Bauch- oder Seitenlage befinden:

- Atmung kontrollieren.
- In der Lage belassen und stabilisieren.
- Den Kopf der Person nach hinten strecken, so dass der geöffnete Mund nach unten schaut.