

## Helm abnehmen bei Unfall

Bei einem bewusstlosen Motorradfahrer ist das Abnehmen des Helmes notwendig, da nur danach eine sachgerechte Lagerung (bei vorhandener Atmung: stabile Seitenlage ) bzw. eine Atemspende durchgeführt werden kann.

Dieses Verfahren des Helmabnehmens soll u. a. verhindern, dass bei Vorliegen einer Halswirbelerkrankung versehentlich eine Verschlimmerung der Unfallfolgen eintritt. Die Helmabnahme sollten Sie, wenn möglich, zu zweit vornehmen.

**Ein Helfer kniet oberhalb des Kopfes und sorgt für die Stabilisierung des Halses**, indem er von oben mit beiden Händen Helm und Unterkiefer des Betroffenen umfasst.

**Der andere kniet seitlich am Kopf des Betroffenen und klappt das Visier des Helmes (Sichtglas) hoch.**

**Der zweite Helfer löst dann den Kinnriemen.** Unterdessen wird die Stabilisierung an Helm und Unterkiefer vom ersten Helfer beibehalten

**Der zweite Helfer entfernt ggf. die Brille des Bewusstlosen** und macht den Mundbereich (Kinnschale, Kopfhaube) frei.

**Anschließend übernimmt der zweite Helfer die Stabilisierung der Halswirbelsäule.** Dazu stützt er mit zwei Händen den Kopf-/Nackenbereich des Betroffenen von unten in Längsachse.

**Der erste Helfer zieht den Helm nach oben**, wobei er die Helmkante über die Nase des Betroffenen kippt. Während des Abziehens sorgt der zweite Helfer weiterhin für die Stabilisierung des Kopfes und der Halswirbelsäule. Unter Beibehaltung der Stabilisierung legt der zweite Helfer den Kopf des Betroffenen vorsichtig auf dem Boden ab.

Nach Abnahme des Helmes umfasst der erste Helfer wieder den Kopf des Betroffenen; seine Hände liegen seitlich am Kopf des Betroffenen.

Der zweite Helfer öffnet den Mund des Betroffenen und entfernt ggf. sichtbare Fremdkörper.

Hier Kurz:

***Ein Helfer kniet hinter dem Kopf des Verunglückten, der zweite kniet neben dem Patienten:***

**Ersthelfer** sorgt für die **Streckung des Halses**, indem er von oben mit beiden Händen Helm und Unterkiefer umfasst.

**Zweiter Ersthelfer** klappt das Visier (**Sichtglas**) hoch, evtl. Brille abnehmen.

Er **löst** dann den **Kinnriemen** (durchschneiden).

**Unterdessen wird der Zug am Helm und Unterkiefer von erstem Helfer beibehalten.**

**Zweiter Helfer** öffnet den **Helmverschluss** und übernimmt die **Streckung:**

Mit den Fingern Hinterkopf und Nacken stützen, Daumen vor dem Ohr anlegen (Unterkiefer auflegen).

Nach Helm Abnahme übernimmt der erste Helfer vorsichtig die Streckung (Längszug) des Halses.

**Mythos:** Unbedingt Helm drauf lassen, sonst beschädigt man möglicherweise das Rückenmark ist großer, ausgemachter Blödsinn

*Wenn man den Versuch macht, im Internet nachzugucken, ob man den Helm beim verunfallten Motorradfahrer abnimmt, bekommt man erstmal nicht die Antwort auf das Ob, sondern darauf, wie man den Helm abnimmt.*

*Das wird wiederum schnell kompliziert und überhaupt könnte da ja was gebrochen sein und dann, ja dann ..., wenn man den Helm jetzt falsch abnähme, dann macht man dem Verunglückten das Genick kaputt. Rollstuhl olé, dank falscher Ersthelfermaßnahme.*

Das ist großer, ausgemachter Blödsinn! Und jetzt nochmal für alle:

**Der Helm muss ab! Immer? Ja, immer.**

**Wer seinen Helm nicht abnimmt, ist sehr wahrscheinlich bewusstlos oder es geht ihm ziemlich schlecht.**

Der Hintergrund ist ganz einfach: Grundsätzlich wird ein Motorradfahrer immer seinen Helm selbst abnehmen. Wenn er es noch kann.

Wenn nicht, dann muss es diesem Motorradfahrer schon ziemlich schlecht gehen. Und so hat sich auch ganz von selbst erklärt, welche Patientengruppe am allermeisten von der Helmabnahme durch den Ersthelfer profitiert: Die mit eingeschränktem Bewusstsein oder nicht ausreichender Atmung.

Der Helm muss ab – so einfach ist das. Nur wenn der Helm ab ist, lässt sich beurteilen, ob der Verunfallte noch atmet, ob vielleicht sogar Wiederbelebensmaßnahmen eingeleitet werden müssen.