



## Checkliste „Mann - über - Bord“

### Der Sturz ins Wasser - Erste Hilfe auf einen Blick

#### Bergen des Verunfallten

- Klare Anweisungen an gesamte Besatzung und Gefährdeten
- Orten und Markieren durch Rettungsboje oder Rettungsring
- Fixieren des Gefährdeten längsseits, damit er nicht versinkt oder vertreibt
- Bergung waagrecht und schonend - Zeit lassen

#### Sofortmaßnahmen an Bord

- Transport waagrecht und vorsichtig an Ort mit Schutz vor Wind, Nässe, Kälte
- Lagerung waagrecht, möglichst zentral im Schiff, gut zugänglich
- Wärmeisolierung mit Wolldecken oder Ähnlichem, keine Wärmezufuhr
- Funkärztliche Beratung anfordern

#### Orientierende Untersuchung auf Lebenszeichen

<b>Bewusstsein</b>	Klar, meistens erregt	Getrübt, verlangsamt, schläfrig, Wahnideen	Ohne, tiefe Bewusstlosigkeit bis scheintot
<b>Atmung</b>	Schnell	Verlangsamt	Nicht feststellbar oder sehr flach
<b>Puls</b>	Schnell	Verlangsamt	Nicht feststellbar oder sehr schwach
<b>Muskulatur</b>	Kältezittern	Steif	Starr
<b>Temperatur rektal</b>	34° C - 36° C	30° C - 34° C	Meistens unter 30° C
<b>Beurteilung</b>	1. Grad geringe Gefahr	2. Grad Lebensgefahr	3. Grad Höchste Lebensgefahr
<b>Erste Hilfe</b>	Flachlagerung, Wolldecke zur Wärmeisolierung, warme süße Getränke, trockene Kleidung. Gelegentliche Kontrolle. Hat das Muskelzittern aufgehört, ist die Hauptgefahr vorüber.	Flachlagerung, Wolldecke zur Wärmeisolierung, strengste Bettruhe bis Kältezittern eintritt, (wie im 1. Grad). Laufende Kontrolle von Bewusstsein, Puls, Blutdruck.	Flachlagerung, Wolldecke, Atemwege freimachen, Atemspende (Mund-zu-Mund- Beatmung).
<b>Weitere Behandlung</b>	Ärztliche Überwachung	Notarzt Krankenhausbehandlung über mindestens 2 Tage	Notarzt, Intensivstation

Umfangreiche Informationen zum Thema „Sicherheit an Bord“ bietet der  
Kreuzer Yacht Club Deutschland e.V.  
[www.kycd.de](http://www.kycd.de)