



## **Feedback zu Performance-Zielen im Rahmen der praktischen BLS-Übung**

Für das Überleben nach einem plötzlichen Herzkreislaufstillstand sind qualitativ hochwertige Basismassnahmen entscheidend.

In der Ausbildung können technische Feedbacksysteme die Trainingsqualität der Basismassnahmen verbessern.

Der SRC empfiehlt, dass jeder Teilnehmende im Rahmen der praktischen BLS-Übung ein engmaschiges, qualifiziertes Feedback zu folgenden Performance-Zielen erhält:

- Die Kompressionsfrequenz für die Herzdruckmassage ist 100 bis 120 / min
- Die Kompressionstiefe für Erwachsene beträgt 5 bis 6 cm, bzw. 1/3 Brustkorbdurchmesser bei Kindern
- Der Druckpunkt liegt in der Mitte des Brustkorbs auf der unteren Hälfte des Brustbeins
- Die Herzdruckmassage darf ausser zur Beatmung und Defibrillation nicht unterbrochen werden
- Nach jeder Kompression wird der Brustkorb vollständig entlastet, wobei die Hände nicht vom Brustkorb genommen werden
- Herzdruckmassage und Beatmung erfolgen im Verhältnis von 30:2.
- Die Beatmung erfolgt so, dass eine Brustkorbhebung erkennbar ist.

## ***Feed-back sur les objectifs de performance dans le cadre de l'exercice pratique BLS***

*Des mesures de base de haute qualité sont essentielles pour la survie après un arrêt cardio-circulatoire soudain.*

*Dans la formation, des systèmes techniques de feed-back peuvent améliorer la qualité de l'entraînement aux mesures de base.*

*Le SRC recommande donc que chaque participant reçoive, dans le cadre de l'exercice pratique BLS, un feed-back précis et qualifié sur les objectifs de performance suivants:*

- *La fréquence de compression pour le massage cardiaque est de 100 à 120/min.*
- *La profondeur de compression pour un adulte est de 5 à 6 cm respectivement 1/3 du diamètre du thorax chez les enfants*
- *Le point de compression est situé au milieu de la cage thoracique sur la moitié inférieure du sternum.*
- *Le massage cardiaque ne doit pas être interrompu, hormis pour la ventilation et la défibrillation.*
- *Après chaque compression, la cage thoracique est complètement délestée, sans enlever les mains de la cage thoracique*
- *Appliquer un rapport de 30 compressions pour 2 ventilations*
- *Ventiler de manière à observer une élévation de la cage thoracique.*



*Swiss Resuscitation Council*