

Quelle: oeamtc.at

Adresse: <https://www.oeamtc.at/presse/oeamtc-flugrettung-badeunfaelle-gefahr-fuer-gross-und-klein-61208426>

Datum: 28.04.2025 (Da es immer wieder Änderungen gibt, bitte für aktuelle Infos die Website besuchen.)

# ÖAMTC-Flugrettung: Badeunfälle – Gefahr für Groß und Klein

"Tag gegen das Ertrinken" am 23. Juli – ÖAMTC erinnert an lebenswichtige Verhaltensregeln zur Prävention und im Ernstfall

Sommerliches Badevergnügen ist leider nicht immer ungefährlich: Zurzeit häufen sich wieder Berichte über schwere Unfälle – allein die Notarzthubschrauber der ÖAMTC-Flugrettung mussten seit 1. April 2023 rund 50 Einsätze nach Ertrinkungsnotfällen fliegen. Einige simple Verhaltensregeln und Vorkehrungen können jedoch das Risiko eines Badeunfalls drastisch senken. Wenn der Ernstfall eintreten sollte, sind schnelles Reagieren und das sofortige Einleiten von Erste-Hilfe-Maßnahmen das entscheidende Zünglein an der Waage.

## Rasche Hilfe kann Leben retten

"Die rasche Hilfe in den ersten Minuten – bis zum Eintreffen der Rettungskräfte – ist besonders wichtig und kann letztlich über Leben oder Tod entscheiden", erklärt Markus Amon, leitender Flugretter bei der Christophorus-Flotte. "Maximal drei bis fünf Minuten kommt das Hirn ohne Sauerstoff aus, danach kann eine dauerhafte Schädigung nicht mehr ausgeschlossen werden. Gerade Patient:innen, die bewusstlos sind, befinden sich in Lebensgefahr. Sie müssen daher so rasch wie möglich aus dem Wasser geborgen werden. Einen offensichtlich bewusstlosen Menschen aus dem Wasser zu retten, erfordert jedoch Geschick und Kraft oder auch den Einsatz mehrerer Retter:innen", so Amon und appelliert: "Noch während der Rettung aus dem Wasser sollte bereits mittels Notruf über 144 professionelle Hilfe angefordert werden." Die ausgebildeten Mitarbeiter:innen der Leitstellen unterstützen dann telefonisch bei den Wiederbelebungsmaßnahmen.

## Kreislaufüberforderung: Trotz großer Hitze nur abgekühlt ins Wasser springen

Auch bei sommerlichen Extremtemperaturen sollte man beim Schwimmen lebenswichtige Regeln nicht vernachlässigen: "Einfachste und wichtigste Regel ist, dass man sich vor dem Schwimmen abkühlt", rät Flugretter Amon. "Denn selbst ein junger, kräftiger Kreislauf kann durch raschen Temperaturwechsel überfordert werden. Diese Belastung kann im schlimmsten Fall Herzversagen auslösen." Besonders nach einem langen Sonnenbad sollte man vorsichtig sein. "Wenn man den ganzen Tag im Bad oder am Strand verbringt, ist es am besten, wenn man nur kleine und fettarme Mahlzeiten zu sich nimmt und Alkohol meidet", sagt Amon. Außerdem sollte man weder mit einem vollen noch mit einem ganz leeren Magen ins Wasser gehen.

Unterkühlung und Krämpfe können ebenfalls zu lebensbedrohlichen Situationen führen. Beim Schwimmen sollte man sich niemals überfordern, denn auch guten Sportler:innen können Kraft und Ausdauer verloren gehen und mitten in einem See gibt es keine Chance sich auszuruhen. Daher empfiehlt Amon, das Wasser zu verlassen, sobald einem kalt wird. Weitere lebenswichtige Grundregeln sind: Bei Anzeichen von Gewittern sofort aus dem Wasser gehen und nie kopfüber in unbekanntes Gewässer springen. "Jedes Jahr führen solche

'Köpfler' zu schwersten Verletzungen und enden für einige Patient:innen mit bleibender Lähmung", so der leitende ÖAMTC-Flugretter.

## **Private Pools, Gartenteiche und Biotope müssen kindersicher sein**

Die meisten Notfälle ereignen sich nicht etwa in öffentlichen Bädern, sondern in unmittelbarer Nähe des eigenen Zuhauses. Offene Wasserflächen im Garten werden als potenzielle Gefahrenquelle leider oft unterschätzt. Auch bei harmlos scheinenden, seichten Gewässern ist Vorsicht geboten, denn schon eine Tiefe von wenigen Zentimetern kann für Kinder lebensbedrohlich sein.

"Ertrinken ist eine der häufigsten unfallbedingten Todesursachen bei Kindern", hält Amon fest. "Daher sollten sich Kinder niemals unbeobachtet oder allein in der Nähe von Wasser aufhalten. Auch ältere Geschwister eignen sich nur bedingt als Aufsichtspersonen." Für Kinder, die noch nicht oder nur schlecht schwimmen können, sind Schwimmflügel oder Schwimmscheiben zudem ein unerlässliches Hilfsmittel. "Wer im eigenen Garten einen Badeteich oder ein Becken hat, sollte diesen Bereich unbedingt einzäunen", empfiehlt Amon. Schwimmbadabdeckungen erhöhen zusätzlich die Sicherheit.