



# Wasserrettung für Kanuten

# Wer sind WIR?



**Leiter Einsatz**  
Yasha Kube

- **34 Jahre**
- Einkaufsmanager Fish & Seafood
- In der DLRG seit dem 5. Lebensjahr
- **Strömungsretter seit 2012**
- Ausbilder WRD, Schwimmen, Rettungsschwimmen, Drohne, Boot



**Leiter Ausbildung**  
Julian Bartels

- **23 Jahre**
- Student
- In der DLRG seit dem 7. Lebensjahr
- **Strömungsretter seit 2018**
- Ausbilder Schwimmen, Rettungsschwimmen

# Agenda



1. Allgemeine Informationen
2. Gefahren am Fließgewässer
3. Thermalschäden
4. Persönliche Schutzausrüstung (PSA)
5. Rettungsmittel
6. Selbstrettung
7. Fremdrettung



# 1. Wer ist die DLRG Varel?



- **Größte ehrenamtliche Wasserrettungsorganisation der WELT (1,1 Mio.)**
- **Gründung 1932 in Varel (1913 DLRG)**
- **600 Mitglieder**
- **Leistungen pro Jahr:**
  - 400 Schwimm- und 100 Rettungsschwimmprüfungen
  - 250 Erste Hilfe und 60 Sanitätsausbildungen
  - 37.500 ehrenamtliche Stunden über alle Bereiche
  - 150 Hilfeleistungen bei Personen
  - 2 Lebensrettungen (2022)



**Deutsche Lebens-Rettungs-Gesellschaft e.V.**

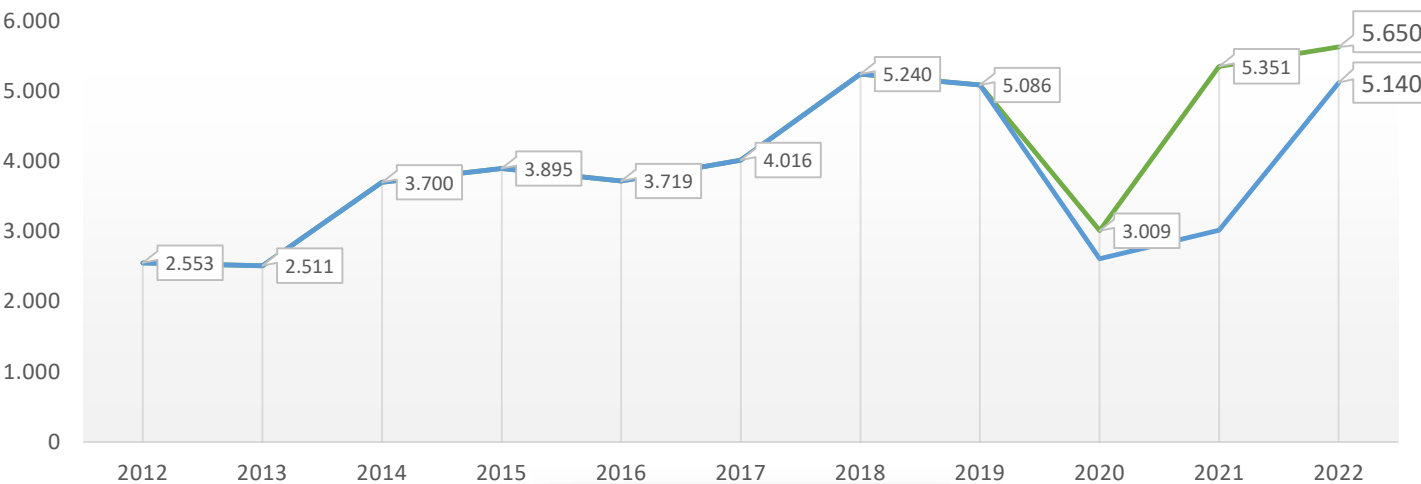
**Schaffung und Förderung aller Einrichtungen und Maßnahmen, die der Bekämpfung des Ertrinkungstodes dienen**

# 1. Welche Bereiche hat die DLRG Varel?

- Ausbildung im Schwimmen (auch Inklusion)
- Ausbildung im Rettungsschwimmen
- Weiterqualifizierung für Ausbildung und Einsatz
- Aus- und Fortbildung ehrenamtlicher Mitarbeiter\*innen
- Aus- und Fortbildung in EH und im Sanitätswesen
- Flächendeckender Wasserrettungsdienst
- Örtliche Gefahrenabwehr und Katastrophenschutz
- Jugendarbeit
- Freizeitbezogene Maßnahmen am, im und auf dem Wasser
- Rettungssportliche Übungen und Wettkämpfe



# 1. Wasserrettungsdienst - WRD



[varel.dlrg.de](http://varel.dlrg.de)

**DLRG**

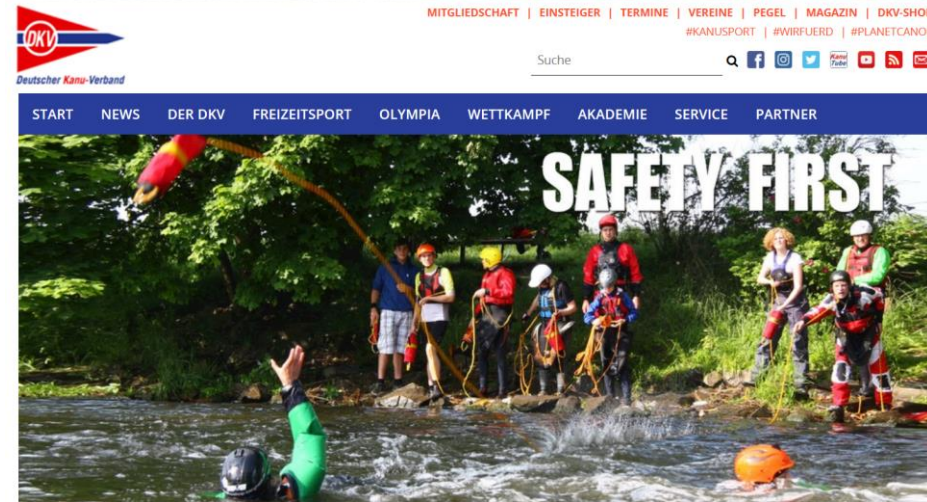
# 2. Gefahren am Fließgewässer



## Allgemeine Sicherheitstipps

1. Nichtschwimmer gehören nicht auf Boot
2. Nie alleine Paddeln
3. Über Gefahren auf dem Gewässer erkundigen
4. Meiden von Wehren, E-Werke und Stauanlagen
5. Abstand halten zu anderen Wasserbenutzern (Ausweichspflicht!)
6. Beachtung von Binnenschifffahrts- und Seeschifffahrtsstraßenordnungen
7. Boote durch zusätzliche Auftriebsmittel „unsinkbar“ machen
8. Besondere Gefahr auf Wildwasser und Küste

**Sicherheits-Check vor JEDER Fahrt!**



# 2. Gefahren am Fließgewässer



## Strömungsgeschwindigkeit

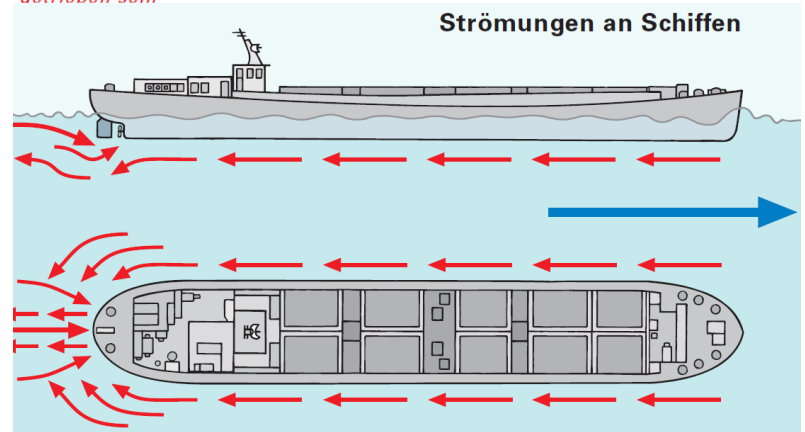
- Flüsse = 1-2 m/s (3-8 Km/h)
- Alpenflüsse = 3 m/s (11 km/h)
- Flüsse bei Hochwasser = 4 m/s (14 Km/h)

	1 m/s	2 m/s	3 m/s	4 m/s	5 m/s	6 m/s	7 m/s	8 m/s
1 min	60	120	180	240	300	360	420	480
15 min	900	1800	2700	3600	4500	5400	6300	7200
30 min	1800	3600	5400	7200	9000	10800	12600	14400
45 min	2700	5400	8100	10800	13500	16200	18900	21600
1 h	3600	7200	10800	14400	18000	21600	25200	28800
1:30 h	5400	10800	16200	21600	27000	32400	37800	43200
2 h	7200	14400	21600	28800	36000	43200	50400	57600

*Tabelle: Wie viel Meter kann ein Verunfallter maximal in einer bestimmten Zeit abgetrieben sein*

## Schifffahrt

- Äste, Bäume oder Müll
- Mögliche Gefahrenquellen





# 2. Gefahren am Fließgewässer

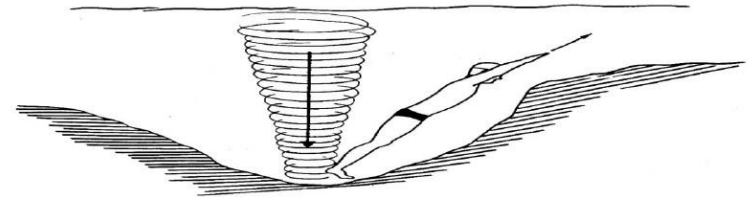
## Strudel

- Strömungssog nach unten
- Möglichkeit der Selbstrettung:
  - vom Strudel ziehen zu lassen
  - am Grund seitlich abzustößen und
  - schräg aus dem Strudel aufzutauchen

## Treibgut

- Äste, Bäume oder Müll
- Mögliche Gefahrenquellen

## Wirbel



Verhalten im gründigen Wirbel



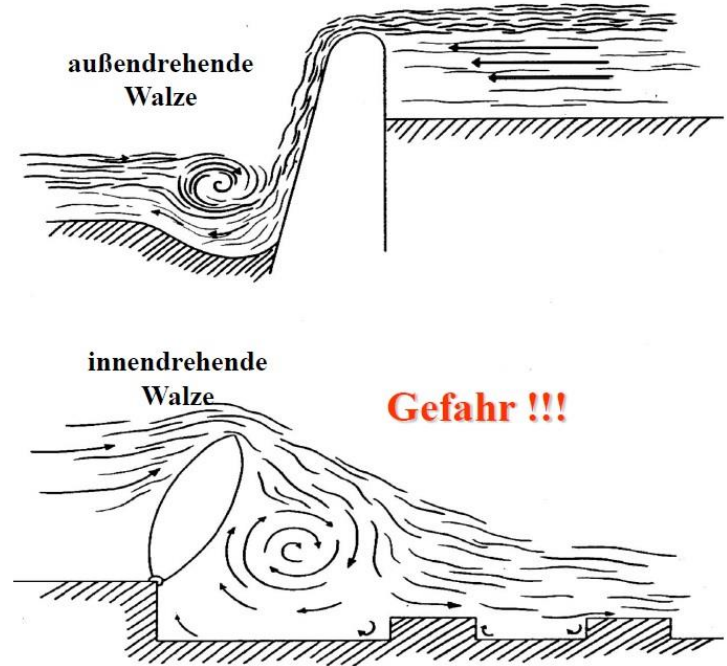
# 2. Gefahren am Fließgewässer

## Wehre und künstliche Anlagen

- Regulierung des Wasserstandes
- Walze am Fuße des Wehres
- Je nach Ausprägung - **Akute Lebensgefahr!**



## Walzen



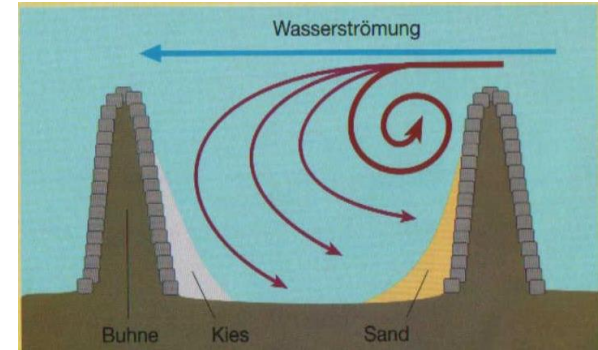
# 2. Gefahren am Fließgewässer

## Buhnen

- Regulierung Wasserlauf
- Bildung von Kehrwasser und Wirbel
- Starke Strömung zwischen Buhnen
- Nicht Gegenanschwimmen – Mitreiben lassen!

## Verblockungen

- Festhängendes Treibgut
- Für Sportler gefährliche Falle und Verletzungsquellen



# 2. Gefahren am Fließgewässer



## Strainer (Siebe / Rechen)

- Spezialfall der Verblockung
- Lassen Wasser ungehindert durch
- Durchquerung für Mensch unmöglich
- Lebensgefahr!



## Siphons / Unterspülungen

- Wasser, welches ganz oder teilweise unter Felsen fließt
- Lebensgefahr!

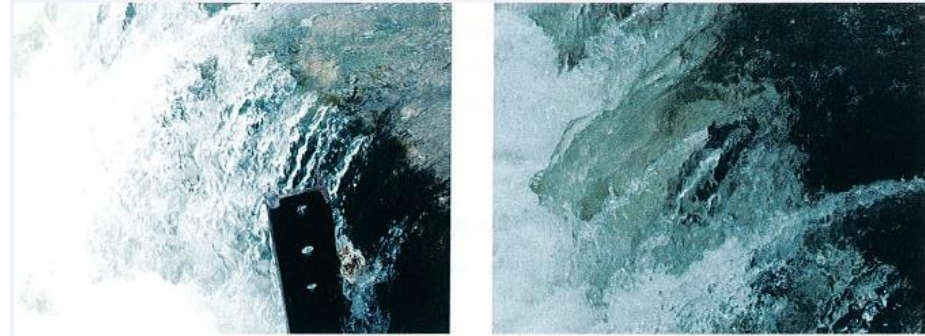


# 2. Gefahren am Fließgewässer



## Verklausungen

- Künstlich geschaffene Flußeinbauten
- Je nach Wasserstand nicht sichtbar!



## Schnelle Wasserstandsänderungen

- Durch starke, lokale Niederschläge






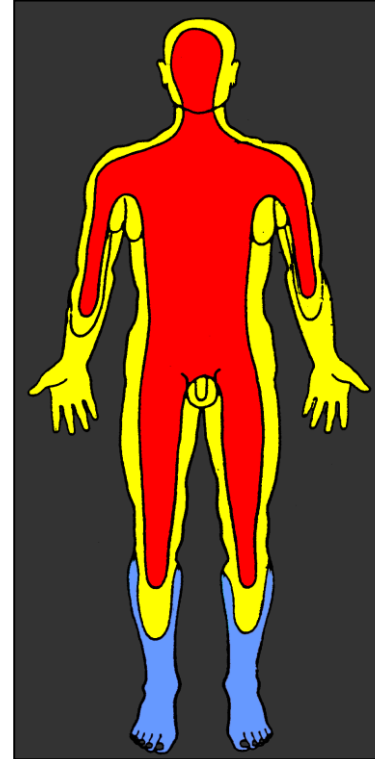
# 3. Thermalschäden



## Hauptrisiken - Unterkühlung

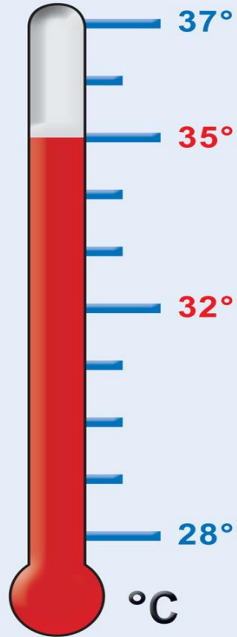
- Körpertemperaturen  
- normale Verteilung:

	37° - 34°C
	34° - 30°C
	30° - 27°C



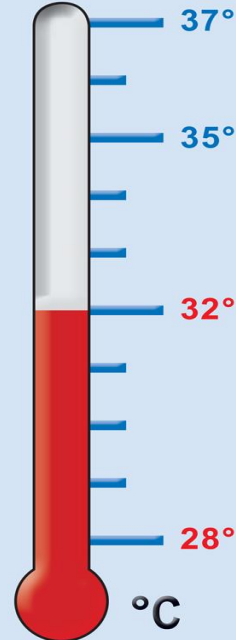
# 3. Thermalschäden

## Abwehrstadium – Körperkerntemperatur 35-32°C



- kalte, blasse Haut
- Blauverfärbung der Nase, der Ohren, der Lippen, der Finger
- psychische Erregung
- Muskelzittern (Kältezittern)
- Schmerzen, vornehmlich an Händen, Füßen und Knien
- vertiefte, schnelle Atmung
- Pulsbeschleunigung (Tachykardie)

## Erschöpfungsstadium – Körperkerntemperatur 32-28°C




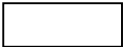


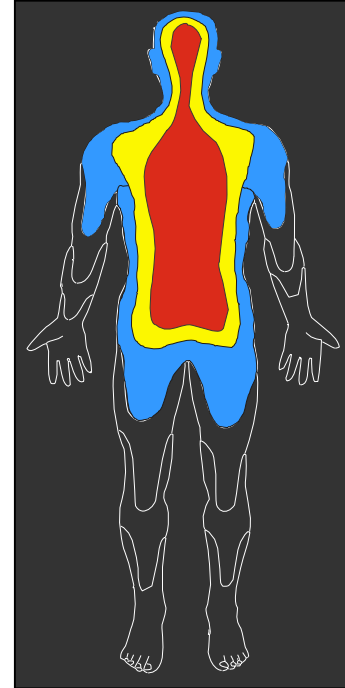
- kalte, blasse Haut
- Bewusstseinsbeeinträchtigung
- zunehmende Muskelstarre
- oberflächliche, unregelmäßige Atmung

# 3. Thermalschäden

## Hauptrisiken - Unterkühlung

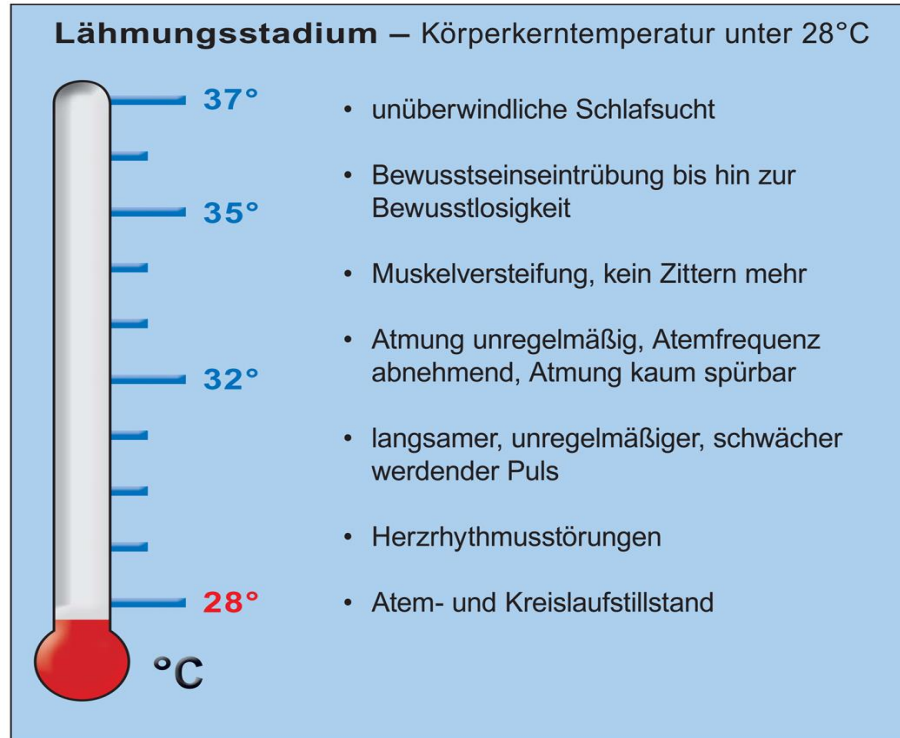
- Körpertemperaturen  
- bei max. Zentralisierung:

	<u>37° - 34°C</u>
	<u>34° - 30°C</u>
	<u>30° - 27°C</u>
	< 27°C





# 3. Thermalschäden



# 3. Thermalschäden



	<b><u>Hitzeerschöpfung</u></b> (Kreislaufschwäche) Schock durch Flüssigkeitsverlust beim Schwitzen Weitstellung der Gefäße	<b><u>Hitzschlag</u></b> (Wärmestau ggf. mit Hirnschwellung)	<b><u>Sonnenstich</u></b> (Hirnhautreizung)
<b>Vorkommen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Arbeit bei Hitze</li><li>- Sportveranstaltung</li><li>- Märsche</li><li>- Volksläufe usw.</li></ul> Alle Tätigkeiten mit starker Schweißabsonderung, wenn dabei der Flüssigkeits- und Salzverlust nicht ausgeglichen wird	<ul style="list-style-type: none"><li>- unabhängig vom Wetter</li><li>- schwüle Hitze</li><li>- bei großen Bränden</li><li>- marschierende Kolonne</li><li>- Menschenansammlungen</li><li>- in ungelüfteten Zelten, Kfz</li><li>- Räumen mit hoher Temperatur</li></ul>	Einwirkung starker Sonnenstrahlung auf den ungeschützten Kopf  (kann oft mit Hitzschlag zusammen auftreten)

# 3. Thermalschäden



	<b><u>Hitzeerschöpfung</u></b> (Kreislaufschwäche) Schock durch Flüssigkeitsverlust beim Schwitzen Weitstellung der Gefäße	<b><u>Hitzschlag</u></b> (Wärmestau ggf. mit Hirnschwellung)	<b><u>Sonnenstich</u></b> (Hirnhautreizung)
<b>Erkennen</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- Blässe, kalter Schweiß</li><li>- schneller schwacher Puls</li><li>- fast normale Temperatur</li><li>- frösteln</li><li>- Verwirrung</li><li>- Bewusstlosigkeit</li><li>- Erbrechen</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- roter Kopf, geht später in blass (Schock) über</li><li>- schneller starker Puls</li><li>- Temperatur hoch (über 40°C)</li><li>- heiße trockene Haut</li><li>- Verwirrung</li><li>- Bewusstlosigkeit</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>- steifer Nacken</li><li>- Kopfschmerz</li><li>- normale Temperatur, aber heißer Kopf</li><li>- Schwindel</li><li>- Bewusstlosigkeit</li><li>- Erbrechen</li></ul>

# 3. Thermalschäden



	<b><u>Hitzeerschöpfung</u></b> (Kreislaufschwäche) Schock durch Flüssigkeitsverlust beim Schwitzen Weitstellung der Gefäße	<b><u>Hitzschlag</u></b> (Wärmestau ggf. mit Hirnschwellung)	<b><u>Sonnenstich</u></b> (Hirnhautreizung)
<b>Erste Hilfe</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- im Schatten lagern !</li> <li>- Flach lagern, Schockmaßnahmen bei Bewusstlosigkeit auf der Seite ggf. zudecken</li> <li>- Trinkbare Salzlösung, wenn bei Bewusstsein</li> <li>- Notruf</li> </ul> <p><b>regelmäßig Vitalfunktion und Atmung überprüfen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- im Schatten lagern !</li> <li>- mit erhöhtem Oberkörper und Kopf lagern, entkleiden, kühlen, mit Wasser begießen</li> <li>- ggf. Seitenlagerung</li> <li>- Notruf</li> </ul> <p><b>regelmäßig Vitalfunktion und Atmung überprüfen</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- im Schatten lagern !</li> <li>- flach lagern, ggf. mit etwas erhöhtem Kopf</li> <li>- ggf. Seitenlagerung</li> <li>- Notruf</li> </ul> <p><b>regelmäßig Vitalfunktion und Atmung überprüfen</b></p>

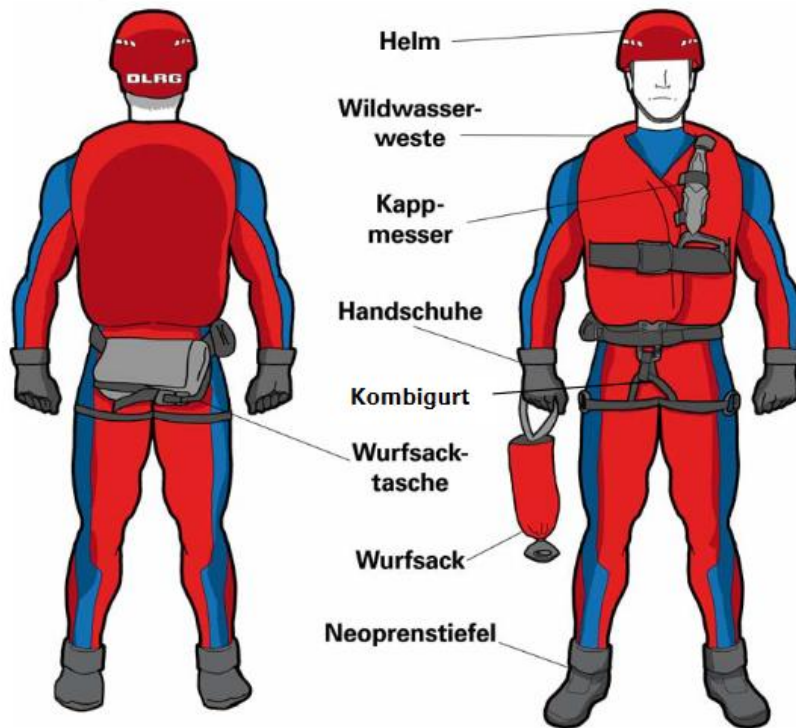
# 3. Thermalschäden



## Merke:

Hitzschlag und Sonnenstich können in verschiedenen Stadien **gemeinsam vorkommen** und sind dann vom Laien nicht zu unterscheiden !!

# 4. Persönliche Schutzausrüstung (PSA)



# 5. Rettungsmittel

## Wurfsack

- Kosten rund 30€ + 15€ HMS Karabiner
- 18 Meter Seil
- D-Ring zur Sicherung im Kanu
- Perfekt mit HMS Karabiner

## Kapp-Messer:

- Kosten rund 30,00€
- Messerscheide mit Schnellverschluss
- Sicherungsseil empfehlenswert



# 5. Rettungsmittel



## RESTUBE

- Kosten rund 80€
- Auftrieb 75N
- Nur mit manuellem Auslöser empfohlen



## Erste-Hilfe-Set:

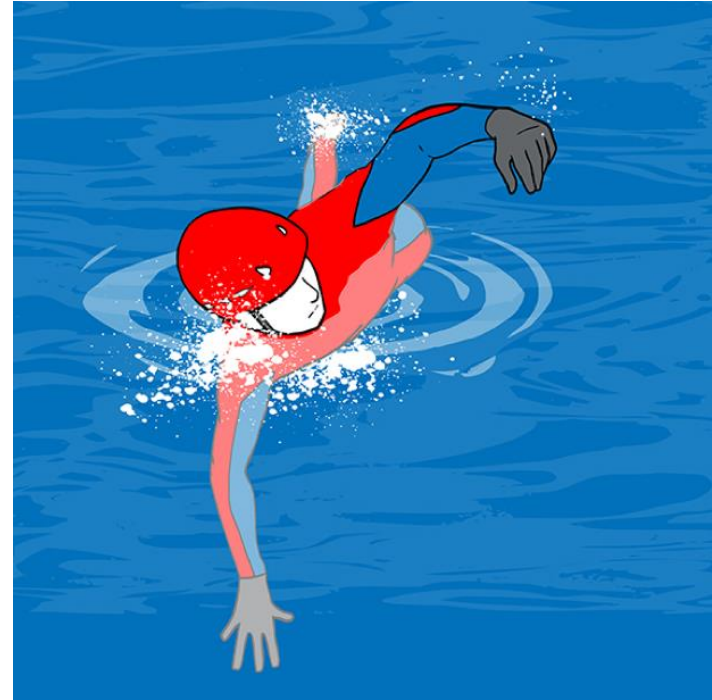
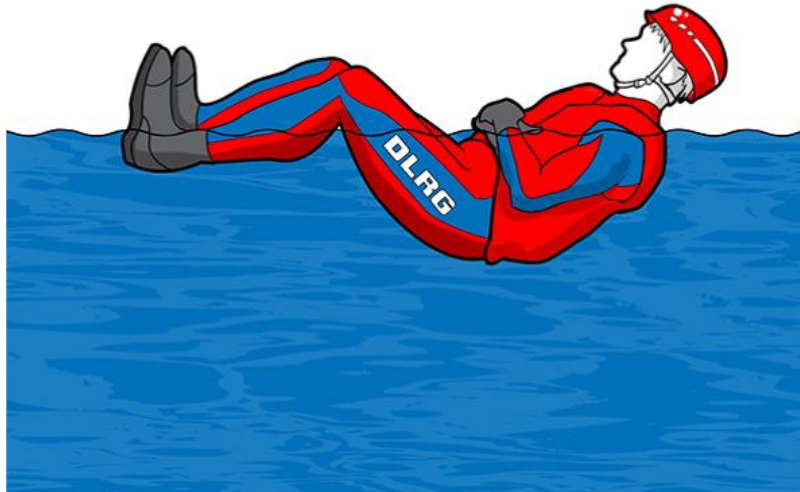
- Kosten rund 30€
- Wasserdicht
- Alle essenziellen Verbandmaterialien



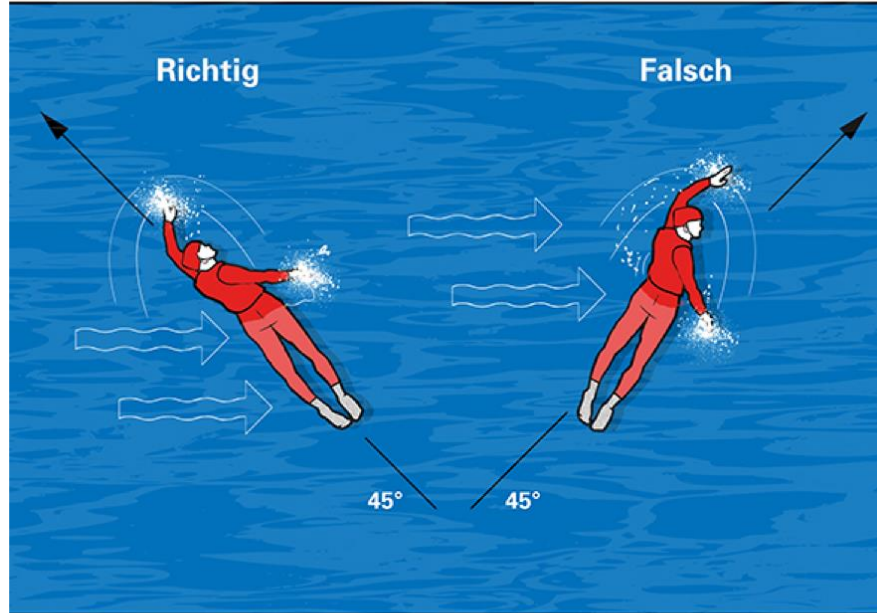
# 6. Selbstrettung



# 6. Selbstrettung



# 6. Selbstrettung



# 7. Fremdrettung

REACH

## Reach (Erreichen)

- Rettung mit starren Gegenstand

THROW

## Throw (Werfen)

- Rettung mit Wurfsack

ROW

GO

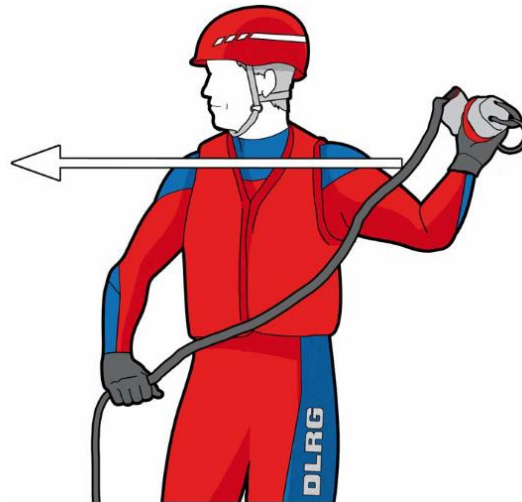
# 7. Fremdrettung

## Throw (Werfen)

Pendelwurf



Schlagwurf



Schleuderwurf



# 7. Fremdrettung

REACH

## Reach (Erreichen)

- Rettung mit starren Gegenstand

THROW

## Throw (Werfen)

- Rettung mit Wurfsack

ROW

## Row (Paddeln)

- Rettung mit Kanu / Kajak


GO

# 7. Fremdrettung

## Row (Paddeln)



# 7. Fremdrettung



REACH

## Reach (Erreichen)


- Rettung mit starren Gegenstand



THROW

## Throw (Werfen)

- Rettung mit Wurfsack



ROW

## Row (Paddeln)

- Rettung mit Kanu / Kajak



GO

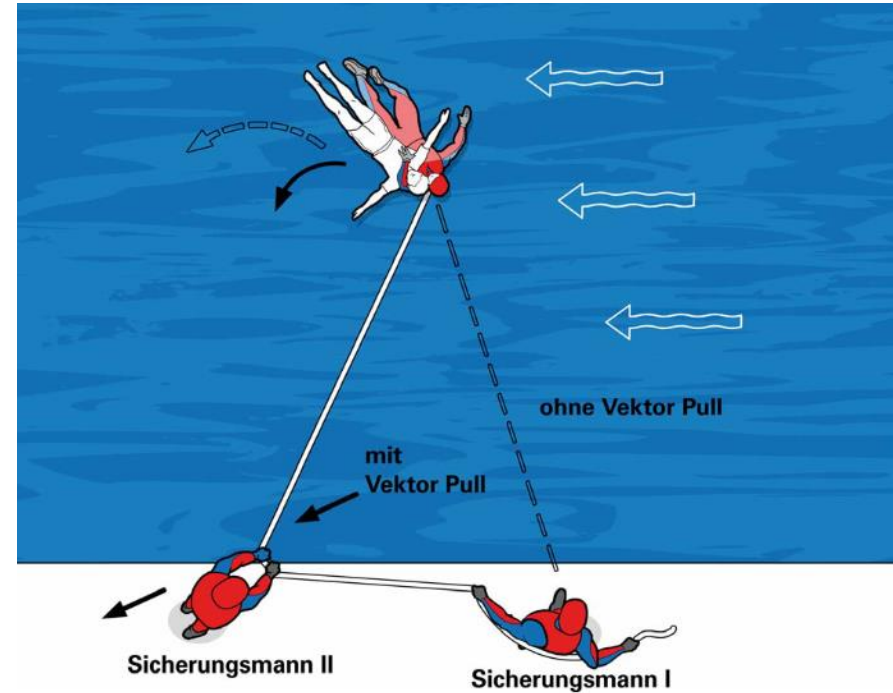
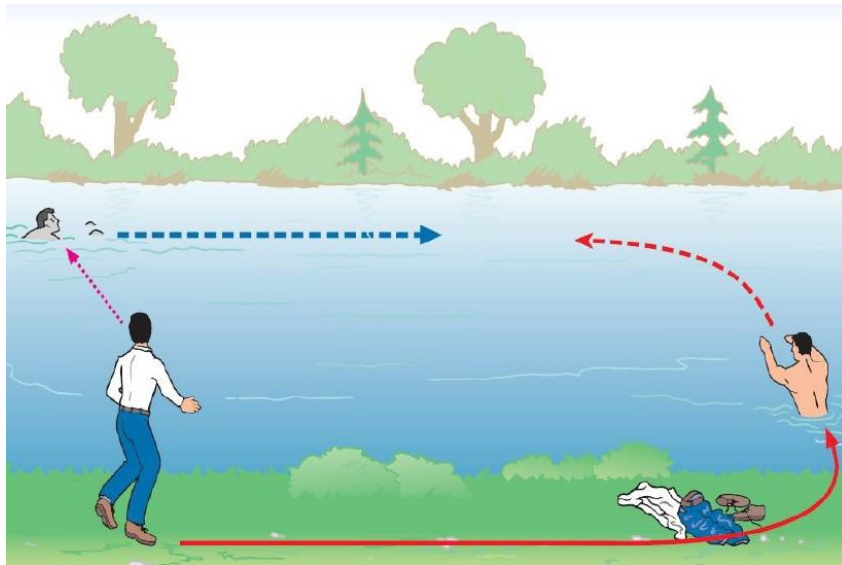
## Go (Schwimmen & Retten)

- Rettung mit gesicherten Retter



# 7. Fremdrettung

## Go (Schwimmen & Retten)

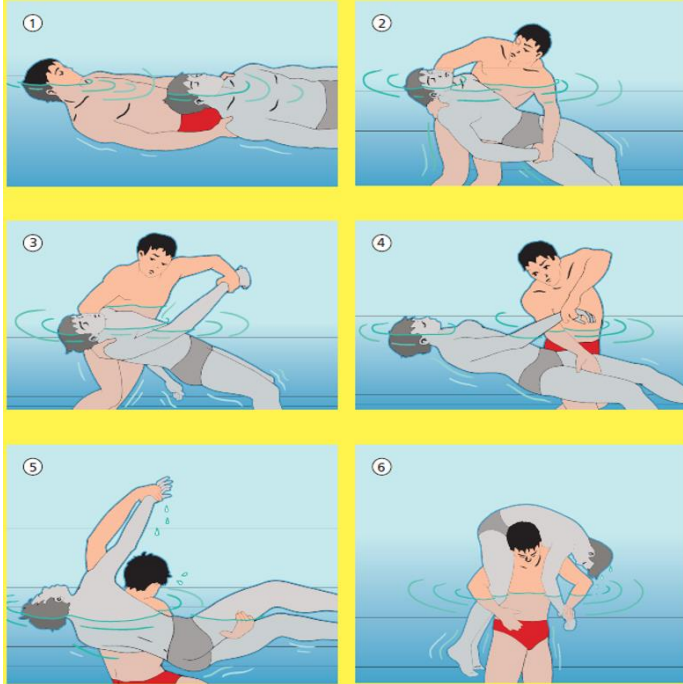


# 7. Fremdrettung

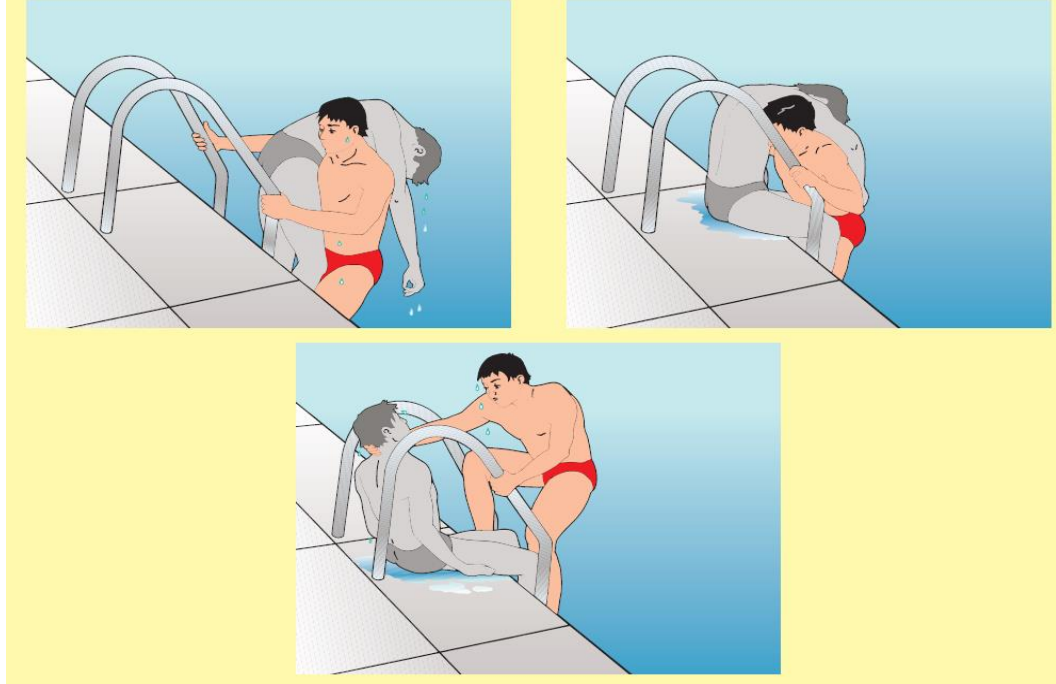


# 7. Fremdrettung

## Schulteraufnahmetechnik



## Anlandbringen bei einer Leiter



# Habt Ihr noch Fragen?



Gerne sind wir offen für Spenden [varel.dlrg.de/kurse-und-sicherheit/spenden](https://varel.dlrg.de/kurse-und-sicherheit/spenden)

Rettungsschwimmkurse unter: [wilhelmshaven.dlrg.de](https://wilhelmshaven.dlrg.de)



Leiter Einsatz  
Yasha Kube



Leiter Ausbildung  
Julian Bartels



[varel.dlrg.de](https://varel.dlrg.de)

**DLRG**