

Mit der Überarbeitung und Erweiterung der Baderegelabbildungen in den Jahren 2003/2004 setzte die Fachgruppe Rettungsschwimmen mit dem „Baderegelposter“ im Sommer 2004 neue Impulse besonders für die Jugend und die Breitenausbildung. Die positiven Reaktionen auf diese neuen Abbildungen der „Sommerbaderegeln“ unseres Kameraden Christian Kögl wurden bald mit der Nachfrage nach ähnlichen Abbildungen auch für das Verhalten im Winter ergänzt. Dieser an die Fachgruppe Rettungsschwimmen herangetragene Wunsch wurde in den Jahren 2005 - 2007 in die Tat umgesetzt. Dieser Artikel soll stichpunktartig einige Informationen und Gedanken zu den Abbildungen der „Eisregeln“ geben.

Diese Abbildungen und das zugehörige Eisregelposter sollen die Ausbildung Rettungsschwimmen mit dem DRK-Leitfaden R (Artikelnr. 831500) und DRK-Foliensatz R (Artikelnr. 831510 bzw. 831511 als CD) unterstützen, dessen Kapitel 5 die „Gefahren an winterlichen Gewässern“ behandelt.

Im Jahr 2008 blickt das Deutsche Rote Kreuz auf „125 Jahre Wasserrettung in Deutschland“ und somit auf unzählige Rettungen von verunfallten Personen seitens der Wasserwacht und deren engagierter Helfer zurück und weist auf dieses Jubiläum mit einem ansprechendem Logo hin. Dieses Ereignis wird auf dem Eisregelposter gewürdigt. Auch das Baderegelposter aus dem Jahr 2004 wurde entsprechend angepasst.



Betrete das Eis erst, wenn es dick genug ist und dich sicher trägt!

Betrete das Eis erst, wenn es dick genug ist und dich sicher trägt! Zentrale Botschaft des Posters soll die Warnung vor der Gefahr eines Einbruchs ins Eis sein. Nur eine ausreichende Eisdicke kann dies verhindern. Bewusst wurde auf die Angabe von Eisdicken (für Einzelpersonen, mehrere Personen etc.) verzichtet, diese sollen anhand der Abbildungen diskutiert und erläutert werden. Neben der „geometrischen Dicke“ soll auch die „Tragfähigkeit“ angesprochen werden. Das Ergebnis, das Eis gleicher Dicke durchaus unterschiedlich tragfähig sein kann, leitet dann direkt zur nächsten Regel über, in der unterschiedliche Eisstärken behandelt werden.



Bedenke unterschiedliche Eisstärken!

Bedenke unterschiedliche Eisstärken! Diese Regel zeigt zwei typische Ursachen für unterschiedliche Eisstärken auf: Bodenwärme (verschiedene Eisdicke am linken und rechten Ufer!) sowie Strömung (dünnere Eisstärke in Flussmitte). Ein Vergleich mit obigen Abbildungen am See provoziert regelrecht die Frage, ob Bodenwärme und Strömung auch am stehenden Gewässer relevant sind. Nach Bejahung dieser Frage erfolgt eine Erklärung von warmen Zuflüssen (in einen See oder Fluss), Unterwasserströmungen in bzw. durch einen See, Untiefen oder aber auch weiteren Quellen in einem See. All dies kann zu unterschiedlichen Eisstärken (insbesondere zu einer gefährlichen Reduzierung) und somit auch – oft teils nur lokal – zur Einbruchgefahr führen. Folie 5.2 des Foliensatzes R zeigt im Überblick alle relevanten Ursachen für unterschiedliche Eisdicke und -qualität: poröse Eisflächen u. a. aufgrund von Wasserpflanzen, Bodenwärme, warme Zuflüsse, Strömung und wechselnden Wasserstand.



Achte auf Warnhinweise und befolge sie!

Achte auf Warnhinweise und befolge sie! Oben gezeigte Regel lautet „Bedenke ... Eisstärken“ und nicht etwa „Beachte ..“, denn bei einem zugefrorenen See kann man unterschiedliche Eisstärken oft nicht erkennen und somit auch nicht beachten. Nur die Kenntnis des Gewässers (Untiefen, Pflanzenbewuchs, Strömungen,...) erlaubt Schlussfolgerungen, an welchen Stellen des zugefrorenen Sees erhöhte Einbruchgefahr besteht. Derartige Gefahrenstellen sind meist mit Warnhinweisen versehen. So ist auch die Regel „Achte auf Warnhinweise“ zu verstehen: in Kenntnis der möglichen Existenz von unterschiedlichen Eisstärken soll nach Warnhinweisschildern regelrecht Ausschau gehalten werden, deren Befolgung dann selbstverständlich sein sollte. Die abgebildete Leiter weist auf bereitgestellte Rettungs(hilfs)mittel hin (vgl. Rettungsring am Badese).

regelmäßig Ausschau gehalten werden, deren Befolgung dann selbstverständlich sein sollte. Die abgebildete Leiter weist auf bereitgestellte Rettungs(hilfs)mittel hin (vgl. Rettungsring am Badese).



Mache aus Spaß keine Löcher ins Eis! Spätestens nach Erläuterung der letzten beiden Regeln stellt sich die Frage, wie man erkennen oder prüfen kann, ob eine Eisfläche bereits dick und tragfähig genug ist. Insbesondere Eltern prüfen die Eisdicke oft mit einem Steinwurf auf die Eisfläche (meist mit einem möglichst großen Stein und mit einem möglichst weiten Wurf) in bester erzieherischer Absicht, da so dem Kind die Gefahr einer zu dünnen Eisdecke verdeutlicht werden kann (wenn der Stein nicht auf dem Eis liegen bleibt). Zurück bleibt jedoch ein Loch im Eis, das Tage später (wenn das restliche Eis dick genug ist), zu einer potentiellen Einbruchsstelle werden könnte. Eine intensive Diskussion, ob die Regel nicht „Mache keine Löcher ins Eis“ lauten sollte, endete schließlich in der Entscheidung für den Zusatz „Mache **aus Spaß** keine Löcher ..“. Denn es wurde keine Möglichkeit gesehen, die Tragfähigkeit und insbesondere die Nicht-Tragfähigkeit mit einem anderen Test unter realen Bedingungen nachzuweisen. Ferner gibt es Situationen (z. B. Eisfischerei, Eisrettungsübungen, ...), bei denen bewusst Löcher ins Eis gemacht werden, die dann einer Regel „Mache keine Löcher ins Eis“ widersprochen hätten. **Wichtig:** der Steinwurf-Test sollte seitens der Wasserwacht nicht empfohlen werden! Zwar zeigt ein versinkender Stein die Nicht-Tragfähigkeit der Eisfläche auf, ein liegendegebliebener Stein ist jedoch keinesfalls der Nachweis einer tragfähigen Eisdecke!



Beachte Markierungen auf dem Eis! Für das Verständnis dieser Regel sind einige Hintergrundinformationen nötig: wird in eine sonst tragfähige Eisdecke bewusst ein Loch geschlagen (z. B. Eisfischerei), so wird dies in der Regel nach Verlassen der Eisfläche entsprechend markiert, z. B. mit Ästen oder Absperrbändern (so sollte es zumindest sein). Die Markierung sollte möglichst wetterfest sein und auch einem Schneesturm trotzen können. Bei der Erzeugung derartiger – oft auch größerer - Löcher (z. B. Eisrettungsübungen) werden nach Abschluss der Arbeiten die Eisstücke wieder ins Eisloch eingesetzt (und die Stelle markiert). Durch derartige Markierungen soll auf eine potentielle Einbruchgefahr hingewiesen werden; ein Schlittschuhläufer oder Spaziergänger auf dem Eis sollte derart markierte Stellen der Vorsicht wegen mit einigem Abstand meiden. Auf diese Tatsache weist die Regel mit der Formulierung „Beachte Markierungen auf dem Eis!“ hin. Anfangs wurde die Formulierung „Markiere selbst erzeugte Eislöcher!“ diskutiert, doch diese wäre nur für bestimmte Personengruppen (z. B. Eisfischer) relevant. Für die Bevölkerung im Rahmen der Breitenausbildung könnte eine derartige Aufforderung jedoch fatal sein, insbesondere unter Berücksichtigung oben genannter Tatsache des Eisdickentests mittels eines Steinwurfes. Auch unter diesem Gesichtspunkt, dass man Eislöcher markieren sollte (was bei Eislöchern aufgrund eines Eisdickentest natürlich nicht geht), sollte seitens der Wasserwacht keine Empfehlung für einen „Tragfähigkeitstest mittels Steinwurf“ ausgesprochen werden.

Mit dieser Regel endet die zweite Zeile des Posters mit Verhaltensmaßnahmen, die noch am Ufer **vor Betreten des Eises** relevant sind. Die dritte Zeile behandelt allgemeine Ratschläge für das Verhalten **auf dem Eis**. Die vierte Zeile hat das Verhalten bei akuter Einbruchgefahr und die daraus folgenden **Selbstrettungsmaßnahmen** zum Thema. Die fünfte und letzte Zeile beinhaltet dann die **Fremdrettung**. Dies als Erläuterung zu der Gliederung des Eisregelposters und der Anordnung der Regeln.



Ziehe dich warm an! Eine dem Winterwetter entsprechende Kleidung sollte selbstverständlich sein. Die Tücke im Winter besteht in stark schwankenden Witterungsbedingungen (wie es auch im Sommer bei einer Bergwanderung der Fall ist; dieses Beispiel könnte u. a. in Bayern ein guter Einstieg in diese Regel sein). Um die Mittagszeit können trotz Minusgraden bei strahlenden Sonnenschein eine Stoffjacke ausreichend und Mütze sowie Handschuhe entbehrlich erscheinen, doch spätestens bei Bewölkung und eisigem Wind ist eine warme und insbesondere winddichte Jacke zweckmäßig. Daher sollten - neben einer winddichten Jacke – Handschuhe, Schal und Mütze zur Grundausrüstung eines Eisläufers gehören. Diese Regel bietet auch Gelegenheit, kältebedingte Folgen wie Unterkühlung und auch Erfrierungen anzusprechen.

Gehe niemals alleine aufs Eis!



Gehe niemals alleine aufs Eis! Einerseits machen Aktivitäten auf dem Eis in der Gruppe oder zu zweit mehr Spaß als alleine. Andererseits – und darauf zielt diese Regel ab – können sich auf dem Eis Notlagen ergeben, die man alleine nur schwer bewältigen kann. Hiermit ist vorrangig nicht der Einbruch ins Eis gemeint, sondern Unfälle (Sturz mit Knochenbruch bzw. Schnittwunden), Schwächeanfälle und Unwohlsein aufgrund von Kälte (Unterkühlung) oder zu wenig Flüssigkeitszufuhr (das Schwitzen bei Sportarten im Winter wird oft unterschätzt!). Auch Probleme mit der Orientierung (Heimweg!) sind nicht selten, wenn nach einem sonnigen Wintertag unerwartet schnell die Dunkelheit einbricht oder Nebel aufzieht.



Nimm Rücksicht auf andere! Hilf anderen!

Beide Aufforderungen sind allgemein und überall gültig (auch im Schwimmbad!) und sollten selbstverständlich sein. Trotzdem sollten sie bei den „Eisregeln“ explizit angesprochen werden, da eine Eisfläche nicht der „typische Lebensraum“ des Menschen ist und so ungeahnte Schwierigkeiten entstehen können. Auch ansonsten „sportliche“ Personen können auf dem Eis schnell hilflos werden.

Insbesondere gilt dies bei Kindern und Jugendlichen, die aus Wagemut die Gefahren verkennen oder aus Angst unerwartet schnell Zuspruch und Hilfe bedürfen.

Verlasse das Eis, wenn es knistert und knackt!



Verlasse das Eis, wenn es knistert und knackt! Wenn das Eis knistert, muss die Eisfläche nicht fluchtartig verlassen werden. Knackende Geräusche zeigen jedoch eine potentielle Gefahr an. Andererseits kann auch dickes und tragfähiges Eis knirschen und „Geräusche von sich geben“ (u. a. bei sich ändernden Wasserstand), die ungefährlich sind (doch dies zu unterscheiden ist schwer). Im Rahmen der Breitenausbildung sollte die Vorsicht im Vordergrund stehen, so dass auch bereits bei Zweifeln an der Tragfähigkeit des Eises die Eisfläche verlassen werden soll, möglichst auf einem „sicheren“ Weg (entweder selber Rückweg oder aber da, wo sich andere Menschen aufhalten).

Lege dich bei Einbruchgefahr flach aufs Eis!



Lege dich bei Einbruchgefahr flach aufs Eis! Krieche auf dem gleichen Weg zum Ufer zurück!

Im Unterschied zur vorausgegangenen Abbildung zeigt dieses Bild ein – wenn auch kleines – Loch im Eis. Hier ist also mangelnde Tragfähigkeit eindeutig, auch wenn dies nur lokal begrenzt sein mag. Einen derartigen Bereich sollte man zumindest mehrere Meter weit kriechend verlassen, da so durch die Verteilung des Körpergewichts auf eine große Fläche ein Einbruch vermieden werden kann, der in aufrechter Körperhaltung vielleicht unausweichlich wäre. Beim Kriechen auf dem Eis sind Hilfsmittel wie „Eispicker“ förderlich, die zur Grundausstattung eines Eisläufers gehören sollten (siehe auch DRK-Foliensatz R, Folie 5.3). Aber auch Kugelschreiber oder andere stabartige Gegenstände mit einer festen Spitze leisten notfalls wertvolle Hilfe. Sollte während der Ausbildung eine schneebedeckte Wiese zur Verfügung stehen, so kann und sollte das Kriechen durch die Teilnehmer ohne und mit Hilfsmitteln getestet werden. Bei diesem Bild wurde ferner die Form des Sees derart gewählt, dass der gleiche Weg zurück (dargestellt durch die Fußspuren des Hinweges) länger ist als der Weg nach „rechts unten“. So kann diskutiert werden, ob man besser auf dem „gleichen“ oder auf dem „kürzesten“ Weg zum Ufer zurückkehren sollte. Ferner bietet die Abbildung Möglichkeit zur Diskussion, wie lange gekrochen werden sollte und ab wann wieder vorsichtig gelaufen werden darf.



Rufe bei Gefahr laut um Hilfe! Der gezeigte Einbruch ins Eis stellt die größtmögliche Gefahr dar, bei der jede Sekunde für Alarmierung und Rettung entscheidend sein kann. Auch andere Notfälle erfordern einen Hilfe(not)ruf wie z. B. Verletzungen bedingt durch Sturz (Knochenbruch, aber auch Bewusstlosigkeit bei Sturz mit dem Kopf auf das harte Eis), Schwächeanfälle aufgrund von Unterkühlung sowie Kreislaufprobleme, Krampfanfälle oder Diabetes (auch auf dem Eis können sich diese Krankheitsbilder ergeben wie „auf der Straße“ oder zuhause!). Entscheidend ist, dass der Hilferuf des Verunfallten von anderen Personen weitergegeben wird (hier von der Person am rechten Ufer, aber auch Personen auf dem Eis sollen einen Hilferuf weitergeben), wobei deutlich in Richtung der Unfallstelle gezeigt wird. So können andere Personen (hier die beiden Personen auf der linken Seite des Sees) erkennen, wo sie hinsehen müssen, um ggf. helfen zu können. Gerade bei einem großen See kann ein Hilferuf oft aufgrund der weiten Entfernungen schlecht wahrgenommen werden. Als Hilfsmittel empfiehlt sich eine Trillerpfeife (sie sollte neben Eispickern zur Grundausrüstung eines Eisläufers bzw. Spaziergängers gehören).

Wichtig: wie bei allen Notfällen sollten insbesondere bei Eisunfällen Passanten nach dem Notruf an bzw. in der Nähe der Unfallstelle (bzw. dem Ufer!) bleiben, um die alarmierten Rettungskräfte einweisen zu können (eine schnelle und zielgerichtete Einweisung der Rettungskräfte und Taucher ist zwingende Voraussetzung für eine schnelle Rettung von unter das Eis geratenen Personen!). Alle nicht unmittelbar an der Rettung beteiligten Personen sollten sich vom Eis entfernen, um die Rettung nicht unnötig zu behindern oder gar selbst durch Eiseinbruch zu einem weiteren Unfallopfer zu werden!

Neben der korrekten Verhaltensweise von Passanten und Helfern hinsichtlich des Notrufs eignet sich diese Abbildung auch zur Besprechung der möglichen Selbstrettungsmaßnahmen. Nach einem sofortigen lauten Hilferuf des Eingebrochenen sollte dieser umgehend versuchen, auf das Eis zu gelangen (auch dabei können Eispicker sehr hilfreich sein, die zu diesem Zwecke griffbereit um den Hals oder am Kragen getragen werden). Sollte dies nicht gelingen, ist es ggf. ratsamer, bewegungslos im bzw. am Eisloch zu verharren, sofern bereits herannahende Helfer in Sicht sind.



Nähere dich einem Eingebrochenen auf bzw. mit einem Gegenstand, um dein Gewicht auf dem Eis zu verteilen!

Reiche einem Eingebrochenen niemals die Hand - nimm einen Gegenstand! Auf beiden Zeichnungen wird die Fremdrettung thematisiert. Zwei Details sind besonders wichtig:

a) der jeweils rechte Retter ist angeleint, der linke nicht. So kann diskutiert werden, ob beim Einsatz mit langen Hilfsmitteln (hier: Eisrettungsleiter), die „ein kleines Eisloch überbrücken könnten“, das Anleinen erforderlich ist. Weiterhin kann die reale Situation besprochen werden, in der die Entfernung von Helfer bzw. Ufer zum Verunfallten größer ist als die Leinlänge (normalerweise 25 - 50 m). Sind lediglich zwei Retter verfügbar, so kann eine gegenseitige Sicherung besprochen

werden (Verbindung beider Retter durch eine Leine, beide nähern sich zusammen in Richtung der Unfallstelle in maximalem gegenseitigen Abstand). Sind mehrere Retter vorhanden, so kann deren optimaler Einsatz und Sicherung behandelt werden. Wichtig ist jedoch die prinzipielle Botschaft, dass sich in beiden dargestellten Rettungssituationen keiner der vier Retter ungesichert dem Verunfallten nähert.

b) der Schlitten wird in der einen Situation vom rechten Retter als Hilfsmittel-Gegenstand mitgeführt (auch mit der Möglichkeit, dem Eingebrochenen den Schlitten zum Festhalten zuzuschieben), in der anderen Situation dient der Schlitten zur Vergrößerung der Auflagefläche als Schutz vor Eiseinbruch. So kann die Fragestellung behandelt werden, ob bzw. wie man sich auf bzw. mit diversen Gegenständen (Schlitten, Leiter, ..), auf einer Eisfläche fortbewegen kann.

Ergänzendes Material: siehe Einweisung_Baderegeln071117.pdf