

Zeitschrift: Schatzkästlein : Pestalozzi-Kalender
Herausgeber: Pro Juventute
Band: - (1925)

Artikel: Das Rettungsschwimmen
Autor: Boppart, Armand
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-988921>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 11.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

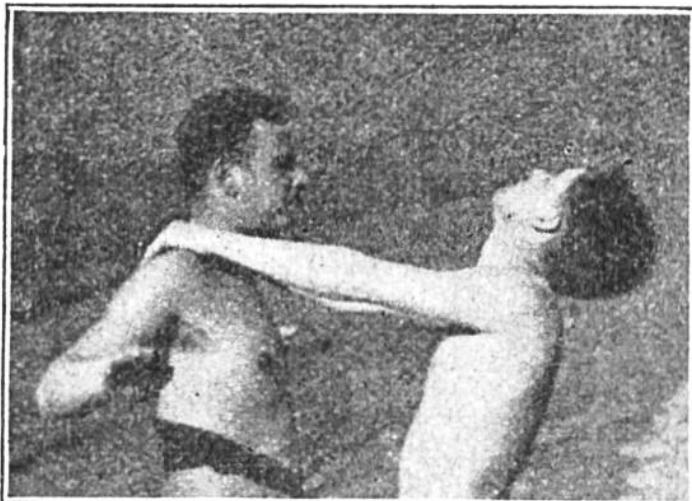
Das Rettungsschwimmen.

Wer ein Menschenleben gerettet hat, ist größer, als wer eine Stadt eingenommen hat. (Confucius.)

Als eine der schönsten Aufgaben von Eltern und Erziehern unserer Jugend darf die Anleitung zum Rettungsschwimmen genannt werden. Was für einen hohen sittlichen Wert das in unserm seen- und flusstreichen Heimatlande leider fast völlig unbekannte Rettungsschwimmen in sich schließt, drückte schon der chinesische Sittenlehrer und Dichter Khungfutse (Confucius) geb. 551 v. Chr. in dem eingangs erwähnten Leitwort aus. Unsere Jugend von heute und der Zukunft soll nicht schreiend davonspringen, wenn ein Spielfamerad oder eine Gefährtin ins Wasser gefallen, sondern tatkräftig, ruhig und besonnen Hand zur nötigen Hilfeleistung anlegen. Damit im Ernstfalle dem Ertrinkenden sichere Hilfe zuteil wird ist es notwendig, unsere Anleitungen vorerst fleißig zu üben. Nur wirklich gute und ausdauernde Schwimmer und Schwimmerinnen dürfen es wagen, das Rettungswerk zu unternehmen. Möge die nachfolgende Anleitung zu mancher edler Tat anspornen.

Beim Rettungsschwimmen, das in das Transportschwimmen, die Rettungsgriffe (Kopf-, Achsel-, Oberarm- und Nackengriff), die Befreiungsgriffe und in die Wiederbelebungsversuche eingeteilt werden kann, sind folgende Grundregeln fest einzuprägen:

1. Kann einem Ertrinkenden vom Lande aus mit einem Seil, Kordgürtel, einem Boote oder einer Stange Hilfe geleistet werden, dann bediene man sich ohne Zaudern der nächstliegenden Mittel.
2. Für die Rettungsübungen sind die vollkommenen Beherrschung des Rückenschwimmens ohne Armbewegungen und das Tauchen Hauptbedingungen.
3. Beengende Kleidungsstücke sind abzuwerfen, vor allem Mantel, Rock und Schuhe. Beträgt die Strecke, die schwimmend zurückgelegt werden muß, über 40—50 m, so lege man auch Kragen, Weste und Hose



Trockenübung für das Transportschwimmen. Der Schwimmuntüchtige (rechts) stützt sich mit gestreckten Armen auf den Retter (links).



Trockenübung für den Kopfgriff. Diese Abbildung zeigt genau die Haltung der Hände am Kopfe des Verunglückten.



Trockenübung für den Nasengriff. Die Hände werden im Naden ineinander verschlungen.

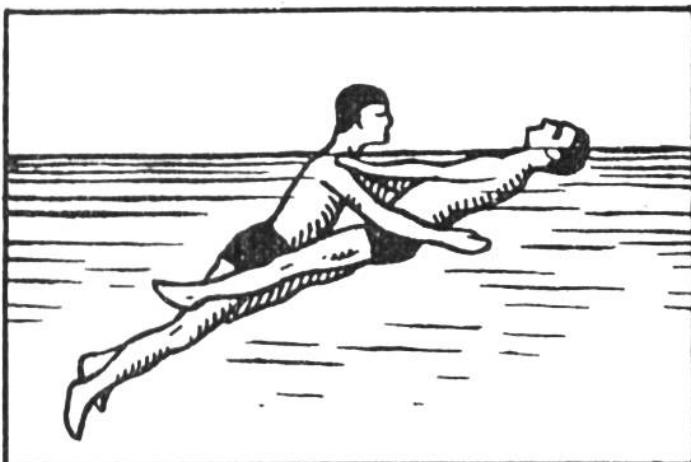
ab. Retterinnen sollten sich in jedem Falle der beim Schwimmen stark hemmenden Röcke entledigen.

4. Sofern dem Retter die Wassertiefe bekannt und letztere genügend ist, bedeutet ein flacher Kopfsprung (sog. Startsprung) für die sofortige Hilfeleistung einen wesentlichen Vorteil. Sprünge aus großer Höhe oder in seichtes Wasser können mit Paketsprung (Sprung auf die Füße mit angehockten Beinen) gefahrlos ausgeführt werden.

5. Um sich vor einer Umklammerung zu schützen, muß stets von hinten an den Ertrinkenden herangeschwommen werden.

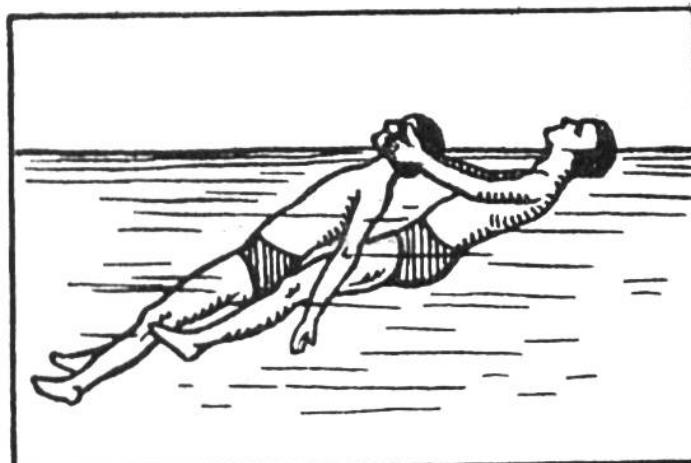
6. Kommt es trotz der vorgenannten Vorsichtsmaßregel zu einer Umklammerung, dann hilft einzige der Befreiungsgriff (Nasengriff). Nur in höchster Not (zum Beispiel bei einer Umklammerung von hinten) soll mit dem Ertrinkenden unter Wasser gegangen werden.

7. Auf das Überwasserhalten von Nase und Mund des Verunglückten soll stets Bedacht genommen werden. Ausnahmen sind bei Anwendung des Nacken- und Nasengriffes unvermeidlich. Auf die Luftröhre soll nie und in keiner Weise ein Druck ausgeübt werden.



Haltung beim Transport schwimmen im Wasser.

Schultern und schwimmt ihn in Brustlage ans Land. Der Letztere befindet sich in Rückenlage und hindert mit gestreckter Armhaltung und gespreizten Beinen den Retter am Schwimmen in keiner Weise.



Der Kopfgriff im Wasser.

Das Transportschwimmen wird bei Schwimmern und Schwimmerinnen angewendet, welche infolge Ermattung, Muskelkrampf oder Wasserschlucken schwimmuntüchtig geworden sind. Der Retter legt die beiden Hände des Hilfsbedürftigen auf seine

Der Kopfgriff. Der Ertrinkende verhält sich ruhig. Der Retter fasst ihn mit beiden Händen am Kopf. Die Daumen liegen an den Ohren und die übrigen Finger längs der Unterkiefer. Der Retter schwimmt in Rückenlage ans Land, indem er den Verunglückten

nachzieht. Geübte Rettungsschwimmer können den Ertrinkenden am Hinterkopf mit einer Hand halten. Ein Arm wird dadurch für die schnellere Fortbewegung frei.

Der Achselgriff unterscheidet sich vom erstgenannten Kopfgriff nur dadurch, daß die zu rettende Person anstatt am Kopf unter den Achseln gehalten wird.



Der Oberarmgriff im Wasser.

oder umgekehrt. Ein Arm wird auch bei diesem Griffe für die Schwimmbewegungen frei.



Der Nackengriff im Wasser.

Schlägt der Ertrinkende wild um sich und bringt dadurch das Leben des Retters in Gefahr, so ist vom **Nackengriff** Gebrauch zu machen. Der Retter greift dem Verunglückten unter den Armen hindurch und legt ihm die Hände in den Nacken. Versucht der nun eingeklemmte Ertrinkende sich trotzdem frei zu machen, so wird er rücksichtslos vornüber untergetaucht und zwar nötigenfalls solange, bis er sich in sein Los ergibt. Nachdem der Verunglückte ruhig geworden ist, wendet der Retter den sichernden Oberarmgriff an, da ein Schwimmen im Nackengriff beschwerlich ist.

Befreiungsgriffe. Unter schwierigen Umständen vermag manchmal auch ein geübter Schwimmer einer Umflammerung nicht zu entgehen. Um sich aus einer solchen zu lösen, zieht der Retter eine Hand aus derselben und führt sie gegen das Kinn des zu Rettenden. Mit den Fingern wird gleichzeitig die Nase geflemmt (daher

Die Anwendung des **Oberarmgriffes** kommt dann in Frage, wenn der Ertrinkende den Retter zu fassen sucht. Der Retter schiebt seinen linken Arm von hinten unter dem des Ertrinkenden hindurch und erfasst dessen rechten Ober- oder Unterarm



Der Nasengriff im Wasser.

Nasengriff) und der Kopf des Verunglückten energisch nach rückwärts ins Wasser untergetaucht. Ertrinkende versuchen, wenn immer möglich, an der Wasseroberfläche zu bleiben und glauben stets am Retter eine sichere Stütze gefunden zu haben. Sie sehen

sich beim Untergehen daher getäuscht und lassen den Helfer los. Durch einen Stoß des Knees in den Unterleib, der gleichzeitig mit dem Zurückpressen des Kopfes zu erfolgen hat, wird die Wirkung des Nasengriffes erhöht. Dem Anfassen der Arme oder Handgelenke mit Ober-



Obergriff



Untergriff

oder Untergriff kann durch Ein- oder Auswärtsschlagen der Arme sicher geholfen werden.

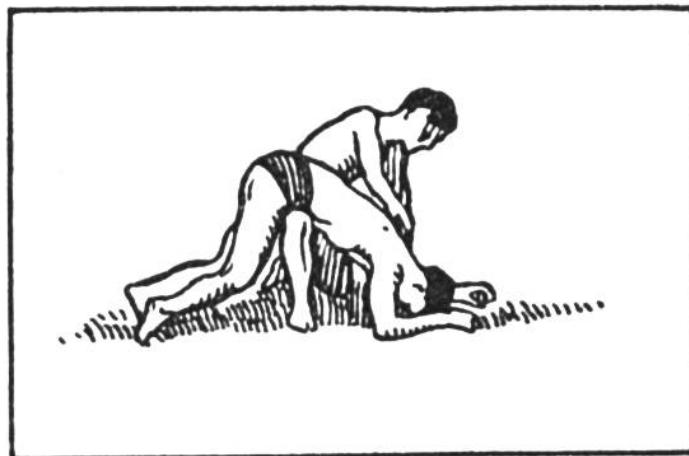
Das Tauchen nach Ertrunkenen bietet für den geübten Schwimmer keine Schwierigkeiten, sofern die Unglücksstelle genau bekannt ist und es sich nicht um große Wassertiefen oder trübes Wasser handelt. Der auf dem Grunde liegende Ertrunkene wird vom Retter aufgerichtet, mit Kopf-, Achsel- oder Oberarmgriff gefasst und durch kräftiges Abstoßen vom Grunde gehoben.

Bei Massenunglücksfällen hüte man sich in die Unglücksstellen hineinzuschwimmen. An der äußeren Seite derselben wird jeder Helfer Arbeit zur Genüge finden, ohne dabei das Leben aufs Spiel zu setzen.

Bei Einbruch ins Eis ist an eine Rettung ohne Bretter, Stangen, Bänke oder andere Gegenstände, die

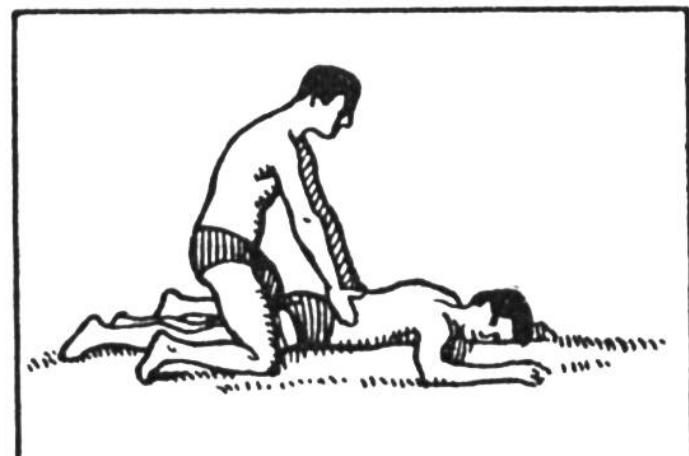
den Druck auf dem Eise verteilen, nicht zu denken. Sofern der Eingebrochene unter der Eisdecke verschwunden ist, muß ein des Tauchens kundiger Retter unbedingt angeseilt werden.

Die Wiederbelebungsversuche. Ist ein Besinnungsloser ans Land gebracht worden, so versäume man keinen Moment, um mit den Wiederbelebungsversuchen zu beginnen. Auch soll der Arzt möglichst rasch herbeigerufen werden. Der Verunglückte soll vorerst so über das Knie gelegt werden, daß Oberkörper und Kopf abwärts hängen (1).



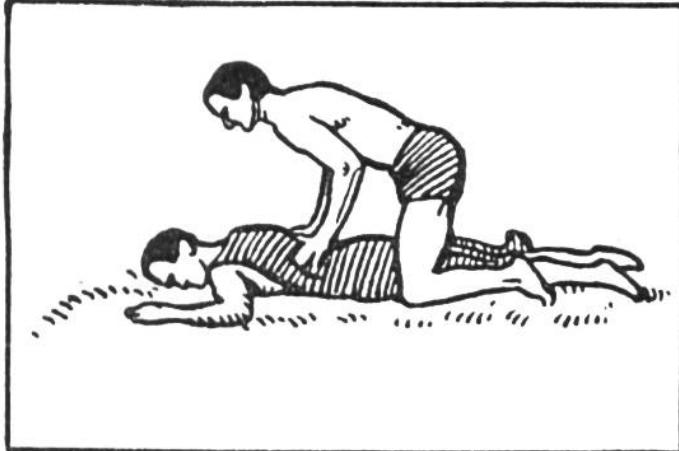
Wiederbelebungsversuche (1)

Nase und Mund von Schlamm und Sand befreit und begende Kleidungsstücke wie Kragen, Hosenträger, Korsett usw. entfernt sind, wird der Besinnungslose in wagrechter Lage auf den Bauch gelegt. Der Kopf soll etwas seitlich gedreht werden, damit Nase und Mund frei liegen. In knieender Stellung, den Körper des Ertrunkenen zwischen den Beinen, legt der Retter die weit ausgespreizten Hände in der Weise auf den Rücken des Verunglückten, daß sich die Daumen an der Wirbelsäule fast treffen und die Finger die falschen Rippen



Wiederbelebungsversuche (2)

Das in die Atmungsorgane und in den Magen eingedrungene Wasser fließt bei der oben genannten Haltung von selbst durch den Mund heraus. Durch ein paar Schläge mit der flachen Hand auf den Rücken kann das Herausfließen des Wassers wesentlich befördert werden. Wenn



Wiederbelebungsversuche (3)

möglichst umfassen (2). Durch Vornüberbeugen drückt der Retter mit seinem Oberkörpergewicht gegen den unteren Teil des Brustkorbes. Die Lungenflügel werden dabei zusammengepreßt, so daß die alte Luft entweichen kann. Der Retter richtet sich nach

ungefähr 1—2 Sekunden wieder auf. Die Hände werden ohne Druck in unveränderter Lage belassen (3). Dieses Nachlassen des Druckes bewirkt ein Ausdehnen des Brustkorbes und Fassen von neuer Luft. Das Auspressen der Lungen (Ausatmen) und folgende Luftfassen (Einatmen) hat der normalen Atmung entsprechend ungefähr 18 mal in der Minute zu erfolgen.

Die künstliche Beatmung muß, wenn nötig, Stundenlang fortgesetzt werden bis sie von Erfolg gefröhnt ist oder der Arzt den Tod des Ertrunkenen feststellt. — Bei einem Geretteten, dessen Brustkorb sich noch selbsttätig hebt und senkt oder bei Scheintoten, die durch die Wirkung der Wiederbelebungsversuche wieder atmen, unterstützt man die noch schwache Herzaktivität durch Reiben des Körpers mit trockenen Tüchern gegen das Herz hin. Dann hülle man die gerettete Person in Decken ein und versuche ihr anregende Getränke einzuflößen. Sollte die Atmung nochmals aussetzen, so wiederhole man die künstliche Beatmung bis die volle Gewißheit einer geglückten Rettung vorhanden ist.

Im Auftrage der Redaktion des Pestalozzikalenders verfaßt von
Armand Boppart, Präsident des Schwimmklubs St. Gallen.

Wer nur seinen Geist pflegt, der hinkt.

Plato.