PDA
PROFESSIONAL
DIVING
ASSOCIATION

Rescue Diver



Inhaltsverzeichnis

1. Was bedeutet Rettung?.....5
1.1. Unterschied zwischen Menschenrettung und Menschenbergung.....5
1.2. Rettung und medizinische Versorgung.....5
1.3. Besonderheiten beim Tauchen.....6
2. Weshalb die Ausbildung?.....6
2.1. Ziel und Ergebnis der Rettungsausbildung.....7
3. Ursachen von Tauchunfällen.....7
3.1. Häufige menschliche Fehler:.....7
3.2. Warum machen Taucher diese Fehler?.....8
3.3. Dehydrierung – Eine unterschätzte Gefahr.....8
3.3.1. Weitere Faktoren, die das Risiko erhöhen:.....9
3.4. Unkenntnis des Tauchplatzes & Unerfahrenheit mit der Ausrüstung.....9
3.4.1. Fehlende Konzentration bei der Ausrüstungsprüfung.....10
3.4.2. Ablenkungen während der Vorbereitung.....10
3.4.3. Auswirkungen kleiner Pannen unter Wasser.....11
3.4.4. Wie lässt sich fehlende Konzentration vermeiden?.....11
4. Eigene Rolle als Rescue Diver.....12
4.1. Notfallmanagement – Vorbereitung ist der Schlüssel.....12
4.2. Wer muss retten? – Die Pflicht zur Hilfeleistung.....13
4.3. Selbstrettung – Die Grundlage jeder sicheren Tauchpraxis.....13
4.3.1. Vorbereitung – Die Basis für Sicherheit.....13
4.3.2. Prävention – Probleme vermeiden, bevor sie entstehen.....14
4.3.3. Handlung im Notfall – Sekunden entscheiden.....14
4.3.4. Wichtige Fertigkeiten für die Selbstrettung.....14
5. Stress und Notsituationen im Tauchsport.....15
5.1. Stress als Hauptauslöser für Panik.....15
5.1.1 Was ist Stress?.....15
5.1.2 Ursachen für physischen Stress beim Tauchen.....15
5.1.3. Stress unter Wasser – Ursachen und Auswirkungen.....16
5.1.4. Panik durch Stress – Zwei Arten von Panik unter Wasser.....17

© PDA Headquater 2025

5.1.5. Vermindertes Wahrnehmungsvermögen unter Stress....17
5.1.6. Selbstkontrolle und Prävention von Stress beim Tauchen....18
5.1.7. Richtiges Vorgehen bei einem Taucher in Panik....19
6. Angstfaktoren....20
6.1. Anzeichen von Nervosität oder Angst....20
6.1.1. Vor dem Tauchgang:....20
6.1.2. Während des Tauchgangs:....21
6.1.3. Nach dem Tauchgang:....21
6.2. Umgang mit ängstlichen Tauchern....21
7. Notaufstieg....22
8. Fremdrettung....23
9. Unfall-Auslöser....24
9.1. Unfallauslöser: Mensch....24
9.2. Unfallauslöser: Technik....24
9.3. Unfallauslöser: Umwelt....24
10. Problemlösungen während des Tauchgangs....25
10.1. Während des Tauchgangs – Reagierender Taucher....25
10.2. An der Wasseroberfläche – Reagierender Taucher....25
10.3. In Panik geratenen Taucher....26
10.3.1. Während des Tauchgangs....26
10.3.2. An der Wasseroberfläche....27
10.4. Problemlösungen an der Wasseroberfläche:....27
10.5. Hilfeleistung aus der Ferne (Boot oder Land)....28
11. Bergen oder „Wie rette ich richtig?“....29
11.1. Bergung eines bewusstlosen Tauchers....29
11.1.1. Vorgehensweise nach der Bergung....30
11.1.2. Notruf:....31
11.1.3. Notfallkoffer....31
11.2. Suchtechniken....32
12. Ausstiegstechniken....32
12.1. Schultertragegriff....32
12.2. Rückentragegriff....32

© PDA Headquater 2025

12.3. Rautekgriff....33
12.3.1. In das Schlauchboot hochziehen oder auf einen Steg:....33
12.3.2. Ausstieg über eine Leiter:....33
13. Unfallverhütung....33
14. Selbstständigkeit und Partnersystem....35
15. Dekompressionskrankheit und Tauchverletzungen....37
15.1. Anzeichen und Symptome der Dekompressionskrankheit....38
15.1.1. DCS I (Typ 1) – Leichtere Symptome:....38
15.1.2. DCS II (Typ 2) – Schwerwiegendere Symptome:....38
15.2. Prävention der Dekompressionskrankheit:....39
15.3. Maßnahmen bei einer Dekompressionskrankheit:....39
15.3. Weitere mögliche Tauchverletzungen:....39
15.4. Erste Hilfe bei Tauchunfällen:....40
Zusätzliche Ressourcen:....40
16. Unfallmanagement beim Tauchen....41
16.1. Warum ist Unfallmanagement so wichtig?....41
16.2. Inhalte eines Notfallplans:....41
16.3. Wichtige Vorbereitungen für das Unfallmanagement:....42
16.4. Notfallplan und Vorgehen bei einem Tauchunfall....44

© PDA Headquater 2025

1. Was bedeutet Rettung?

Mit dem Wort **„Rettung"** verbinden sich viele Begriffe, wie z. B. **Rettungsanker, Rettungsboot, Rettungsboje, Rettungskette, Rettungsleine, Rettungsmaßnahmen, Rettungsschwimmer, Rettungsstation** und **Rettungsring**.

In der **Umgangssprache** wird „Rettung" häufig verwendet, wenn es um **lebensbedrohliche Zustände** geht, bei denen **sofortige Hilfe** geleistet werden muss. Wichtige Begriffe in diesem Zusammenhang sind **Suchen, Bergen, Befreien, Retten** und **Hilfeleistung**.

Die **offizielle Definition** von „Retten" lautet:

Das Abwenden einer Gefahr von Menschen oder Tieren durch:

- **Lebensrettende Sofortmaßnahmen**, die auf die **Erhaltung oder Wiederherstellung von Atmung, Kreislauf und Herztätigkeit** abzielen, und/oder
- **Befreiung aus einer lebens- oder gesundheitsgefährdenden Zwangslage** (durch technische Rettungsmaßnahmen).

Diese Definition ist einheitlich in der **DIN 13050** („Begriffe im Rettungswesen, Teil 1") und der **DIN 14011** („Begriffe im Feuerwehrwesen") festgelegt. Dadurch lässt sich die **Menschenrettung** in zwei Bereiche unterteilen:
a) **Medizinische Rettung** – insbesondere durch den Einsatz von **medizinischen Geräten** und **Ausrüstung**.
b) **Technische Rettung** – unterstützt durch **technische Hilfsmittel**, wie z. B. einen **Hebekran**, um eine Person aus einer lebensbedrohlichen Lage zu befreien.

1.1. Unterschied zwischen Menschenrettung und Menschenbergung

In den **Medien** werden die Begriffe **Menschenrettung** und **Menschenbergung** oft **gleichgesetzt**. Im **Feuerwehr- und Rettungsdienst** gibt es jedoch eine klare Unterscheidung:

- **Bergung** bezeichnet das **Sichern von Sachgütern** oder das **Bergen verstorbener Menschen oder Tiere**.
- **Retten** wird ausschließlich für **lebende Menschen oder Tiere** verwendet, die sich **in Gefahr befinden** oder **verletzt sind** – auch bei **lebensbedrohlichen Verletzungen**.

1.2. Rettung und medizinische Versorgung

Retten bedeutet nicht nur das **Abwenden einer Lebensgefahr**, sondern auch das **Befreien aus einer bedrohlichen Zwangslage**. Diese Definition umfasst **Ersthelfer** und **Laien**, die im Notfall helfen.

© PDA Headquater 2025

Technische Rettungsmaßnahmen haben jedoch nur dann **Priorität**, wenn sie notwendig sind, um einen **Zugang zur verletzten Person** zu schaffen – sei es **in der Luft, im Wasser oder unter der Erde**.

Beispiele:

- Ein **verunfallter Taucher** muss zuerst aus der Tiefe geholt werden.
- Ein **in Eis eingebrochenes Kind** oder ein **Nichtschwimmer** muss aus dem Wasser gerettet werden.
- Ein **Autofahrer** muss aus einem **brennenden oder stark beschädigten Fahrzeug** befreit werden.
- Ein **Bergsteiger** muss **abgeseilt** werden.

Erst **nach der Rettung** kann die **medizinische Versorgung** erfolgen.

1.3. Besonderheiten beim Tauchen

In **sehr seltenen Fällen** wird die **medizinische Versorgung bereits vor der eigentlichen Rettung** begonnen – z. B. durch **Spezialkräfte** wie **Höhlen- oder Höhenretter**.

Dies gilt jedoch **nicht** für das **Tauchen**, da eine **medizinische Notfallversorgung unter Wasser oder auf der Wasseroberfläche** meist nicht möglich ist.

Ein **verunfallter Taucher** muss daher zuerst auf ein **Boot oder ans Ufer** gebracht werden, um dort eine **effektive medizinische Versorgung** sicherzustellen.

2. Weshalb die Ausbildung?

Jeder **Taucher** trägt bereits ein gewisses **Risiko**, sobald er ins Wasser geht. Die **Prüfung der Ausrüstung** und die **eigene körperliche Verfassung** gehören zu den **grundlegenden Routinen** eines jeden Tauchers. **Leichtsinn oder Fahrlässigkeit** können schwerwiegende Folgen haben, lassen sich jedoch durch eine **fundierte Ausbildung** vermeiden.

Die **Tauchausbildung** hat das Ziel, den Taucher so zu **schulen**, dass er **sich selbst und andere retten kann**. Sein **Wissen** gibt ihm die Fähigkeit, in **kritischen Situationen sicher** zu handeln – **ohne Angst vor Fehlern oder Versagen**. Er versteht, dass jeder **Handgriff sitzen** muss, um größeren **Schaden** vom **verunglückten Taucher** abzuwenden. Gleichzeitig stärkt die **Ausbildung** das **Bewusstsein**, Tauchgänge nur **innerhalb der eigenen Fähigkeiten** durchzuführen.

In den letzten Jahren hat sich der **Tauchsport stark weiterentwickelt** – Menschen aus allen **gesellschaftlichen Schichten** und **Berufen** entdecken ihn für sich. Mit der steigenden Zahl an **Tauchern** nimmt jedoch auch die Anzahl der **Tauchunfälle** zu. Eine **gute Ausbildung** hat in den letzten Jahren dazu beigetragen, diese Zahl zu **senken**.

Viele Taucher glauben, dass sie nach dem **OWD-Kurs** oder mit **50 Tauchgängen** bereits „gute" Taucher seien. Dabei werden oft **Gefahren unterschätzt**, was dazu führen kann, dass sie

© PDA Headquater 2025

risikobereiter werden. Sie suchen **größere Tiefen auf**, auch unter **ungünstigen Bedingungen**, und **überschätzen ihre Fähigkeiten**.

2.1. Ziel und Ergebnis der Rettungsausbildung

Ein **Rescue Diver** lernt:

✅ **Probleme frühzeitig zu erkennen**
✅ **Die richtigen Maßnahmen zu ergreifen**
✅ **Erste-Hilfe-Maßnahmen durchzuführen**

Ein **Rescue Diver** ist nicht mehr nur mit sich selbst beschäftigt – er hat seine **Ausrüstung und sich selbst im Griff** und bleibt auch in **Notsituationen ruhig**.

Er entwickelt ein **wachsames Auge** für andere **Taucher**, sowohl **über als auch unter Wasser**. Bereits beim **Zusammenbauen der Ausrüstung** erkennt er, ob jemand **entspannt oder nervös** ist oder mit seiner **Ausrüstung überfordert** scheint.

Während des **Tauchgangs** bemerkt er, wenn sein **Buddy** oder andere **Taucher** an ihre **Grenzen kommen** und **Hilfe benötigen**.

Diese **Fähigkeiten** zu entwickeln und auszubauen, ein **Auge für das Wesentliche** zu bekommen, anderen – aber auch **sich selbst helfen zu können** und die **eigene Taucherfahrung zu erweitern**, sind zentrale Ziele der **Rettungsausbildung**.

3. Ursachen von Tauchunfällen

Tauchunfälle haben **vielschichtige Ursachen**. In diesem Abschnitt werden die **häufigsten Fehler** analysiert, die zu Unfällen führen können. **Wer die Risiken kennt, kann präventiv handeln**, um kritische Situationen zu vermeiden und die eigene Sicherheit sowie die der Tauchpartner zu gewährleisten.

In **Deutschland** gibt es bislang **keine umfassende Statistik** zu Tauchunfällen. Eine britische Untersuchung des **BSAC (British Sub-Aqua Club)** erfasst jedoch systematisch **Tauchzwischenfälle**. Ein zentrales Ergebnis dieser Statistik lautet:

➡ **„Die Technik ist sicher – der Mensch nicht!"**

3.1. Häufige menschliche Fehler:

Die meisten Tauchunfälle sind auf **menschliches Fehlverhalten** zurückzuführen. Zu den häufigsten Ursachen gehören:

- **Unzureichende Tauchfertigkeiten**

© PDA Headquater 2025

- **Mangelnde Fähigkeit, Probleme unter Wasser zu lösen**
- **Konditionsmängel** (z. B. schlechte körperliche Fitness)
- **Leichtsinn und Unachtsamkeit**
- **Selbstüberschätzung** (Überschätzen der eigenen Fähigkeiten)
- **Unterschätzung der Anforderungen des Tauchsports**
- **Falsche oder unzureichende Ausrüstung**
- **Fehlende Kontrolle der Instrumente** (z. B. Finimeter, Tauchcomputer, Atemregler)

Diese Fehler lassen sich durch eine **solide Ausbildung, Erfahrung und bewusste Risikominimierung** vermeiden.

3.2. Warum machen Taucher diese Fehler?

Ein entscheidender Faktor ist der **Kommerzialisierungsdruck** vieler Tauchverbände. Durch den Verkauf möglichst vieler **Brevets** (Tauchscheine) werden Taucher oft **zu schnell durch Kurse geschleust**, ohne ausreichend Zeit zu haben, praktische Erfahrung zu sammeln.

➡ **Tauchen lernt man durch Tauchen!**

Die **Statistik zeigt**, dass die **meisten Tauchunfälle vermeidbar** gewesen wären. **Ein Druckkammerseminar** kann helfen, die **physiologischen Auswirkungen des Tauchens** besser zu verstehen. Viele erfahrene Taucher nehmen regelmäßig an solchen Seminaren teil, um ihr Wissen aufzufrischen.

3.3. Dehydrierung – Eine unterschätzte Gefahr

Viele Menschen trinken generell **zu wenig Flüssigkeit**, insbesondere **vor dem Tauchen**.

Häufige Fehler:

❌ **Zum Frühstück nur 1–2 Tassen Kaffee, dann nichts mehr**
❌ **Bewusstes Vermeiden von Flüssigkeitsaufnahme**, um nicht während des Tauchgangs eine Toilette aufsuchen zu müssen
❌ **Starke Schweißbildung im Anzug vor dem Tauchgang**
❌ **Atmen von extrem trockener Pressluft**, wodurch dem Körper zusätzlich Flüssigkeit entzogen wird

Folgen der Dehydrierung:

⚠ **Eindickung des Blutes** → erhöhtes Risiko für Dekompressionskrankheit
⚠ **Schlechtere Durchblutung der Gewebe** → erschwerte Stickstoffabgabe
⚠ **Erschwerte Stickstoffabgabe über die Lunge** → erhöhtes Risiko für Dekompressionsunfälle

© PDA Headquater 2025

Ein **Tauchcomputer kann den individuellen Hydrationsstatus nicht erfassen**. Er zeigt eine **Nullzeit** an, obwohl der Körper noch **Stickstoff gespeichert** hat – ein potenzieller **Risikofaktor für einen Dekompressionsunfall**.

3.3.1. Weitere Faktoren, die das Risiko erhöhen:

- **Anstrengung & Erschöpfung vor oder nach dem Tauchgang** (z. B. langer Anmarsch in voller Montur)
- **Schlechter körperlicher Zustand** durch **Stress, Schlafmangel, Fastenkuren oder Krankheiten**
- **Sauna, heiße Duschen oder Thermalbäder nach dem Tauchen** → Durch plötzliche Erwärmung wird Stickstoff zu schnell freigesetzt

3.4. Unkenntnis des Tauchplatzes & Unerfahrenheit mit der Ausrüstung

Ein **kritischer Fehler** ist das **Testen neuer Ausrüstung** unter ungeeigneten Bedingungen.

📌 Beispiel eines riskanten Szenarios:

➡ **Erster Tauchgang mit einem Trockentauchanzug** an einem anspruchsvollen Tauchplatz:

- **200m Anmarsch** mit Steigung.
- **Steile Halde bis 20m**, dann eine **senkrechte Abbruchkante bis 45m**.
- **Stockdunkel** trotz Tageslicht.
- **Wassertemperatur ab 25m nur 5°C**.
- Am Vorabend: **Reichlich Alkohol, wenig Schlaf**.
- Begleitung durch einen **„alten Hasen" mit Bluthochdruck**, der gerade eine **Fastenkur** hinter sich hat.

📌 Ein weiteres Beispiel für eine Verkettung unglücklicher Umstände:

➡ Ein Taucher sitzt an einer **Steilkante**, will **die Flossen anziehen**, rutscht ab und stürzt **ohne Flossen & Maske** ins Wasser.

- **Zusätzliche Fehler in der Vorbereitung:**
  - **Inflator des Jackets oder Trockis nicht angeschlossen**
  - **Trocki-Reißverschluss nicht komplett geschlossen**
  - **Flaschenventile nur halb geöffnet**
  - **Bleitaschen mit verschlissenen Klettverschlüssen → Gefahr des ungewollten Bleiverlusts**
  - **Mundstück des Atemreglers nur aufgesteckt**

© PDA Headquater 2025

- **Vergessen, die zweite Stufe ins Wasser zu halten, bevor probegeatmet wird (bei Minustemperaturen Gefahr des Abblasens)**
- ****Gruppen verlassen sich auf ungenaue Infos („Ich war hier vor Jahren mal…“)**
- **Maskenband angerissen – wollte man eigentlich längst austauschen**

3.4.1. Fehlende Konzentration bei der Ausrüstungsprüfung

Die sorgfältige und konzentrierte Prüfung der **Tauchausrüstung** ist eine der wichtigsten Sicherheitsmaßnahmen vor jedem Tauchgang. Selbst kleine **Nachlässigkeiten** oder **Ablenkungen** können zu Fehlfunktionen unter Wasser führen, die in kritischen Situationen schwerwiegende Konsequenzen haben können.
Ein sorgfältiger Zusammenbau und eine vollständige **Funktionskontrolle der Ausrüstung** sind essenziell, um **Fehlfunktionen** zu vermeiden, den eigenen **Tauchkomfort** zu erhöhen und eine hohe **Sicherheit** während des gesamten Tauchgangs zu gewährleisten.

3.4.2. Ablenkungen während der Vorbereitung

Leider lassen sich viele Taucher beim **Zusammenbau ihrer Ausrüstung** und den abschließenden **Sicherheitschecks** leicht ablenken. Dies kann dazu führen, dass wichtige Schritte **vergessen oder unvollständig ausgeführt** werden.

🔻 **Typische Ablenkungen während der Vorbereitung:**

1. Unachtsame Gespräche mit anderen Tauchern

- Gerade in geselligen Gruppen oder bei lang ersehnten Tauchgängen kommt es häufig vor, dass Taucher während der Vorbereitung **in Gespräche verwickelt** werden.
- Dabei geht schnell die **eigene Routine verloren**, wichtige Prüfungen werden übersprungen oder nur oberflächlich durchgeführt.
- 📌 **Beispiel:** Ein Taucher erzählt von seinem letzten Tauchurlaub, während er sein **Jacket montiert** – er vergisst dabei, zu prüfen, ob die **Flaschenventile vollständig geöffnet** sind.

2. Handynutzung direkt vor dem Tauchgang

- Viele Taucher nutzen vor dem Tauchgang ihr **Smartphone**, um z. B. Fotos vom Tauchplatz zu machen, Nachrichten zu beantworten oder sich mit anderen auszutauschen.
- Diese Ablenkung unterbricht die **mentale Vorbereitung auf den Tauchgang** und führt dazu, dass entscheidende **Sicherheitschecks nur oberflächlich oder gar nicht** durchgeführt werden.
- 📌 **Beispiel:** Ein Taucher beantwortet noch eine Nachricht auf dem Handy, während er seine **Bleitaschen ins Jacket steckt** – später unter Wasser löst sich eine Bleitasche, weil sie nicht richtig eingerastet war.

© PDA Headquater 2025

3. Fehlende letzte Kontrolle der Ausrüstung

- Selbst wenn die Ausrüstung korrekt zusammengebaut wurde, ist ein **letzter Sicherheitscheck** vor dem Tauchgang unerlässlich.
- Viele Taucher unterschätzen diesen Schritt und steigen ins Wasser, ohne ihre **Instrumente, Atemregler oder Verschlüsse** noch einmal zu überprüfen.
- 📌 **Beispiel:** Ein Taucher springt ins Wasser, stellt dann fest, dass sein **Maskenband beschädigt** ist oder sein **Atemregler nicht richtig befestigt** wurde – dies kann bereits beim Abtauchen zu **Panik oder technischen Problemen** führen.

3.4.3. Auswirkungen kleiner Pannen unter Wasser

Viele dieser **kleinen Nachlässigkeiten** bleiben zunächst unbemerkt, doch sie summieren sich und führen spätestens **unter Wasser** zu Problemen.

Folgen der fehlenden Konzentration:

- **Unsicherheitsgefühl:** Der Taucher merkt, dass „etwas nicht stimmt", fühlt sich unwohl und ist gedanklich nicht voll beim Tauchgang.
- **Erhöhte Atemfrequenz:** Durch die unterschwellige Anspannung beginnt der Taucher, **schneller zu atmen**, was zu einem höheren Luftverbrauch führt.
- **Unnötige Ablenkung:** Statt den Tauchgang zu genießen, überprüft der Taucher ständig seinen **Finimeter und Tauchcomputer**, weil er seinem Equipment nicht mehr ganz vertraut.
- **Erhöhte Stressanfälligkeit:** Wenn dann unter Wasser eine **unerwartete Situation** eintritt – z. B. ein starker Strömungswechsel oder ein Problem beim Buddy – ist der Taucher mental bereits vorbelastet und reagiert nicht **ruhig und besonnen**, sondern **gestresst und hektisch**.

3.4.4. Wie lässt sich fehlende Konzentration vermeiden?

1. Ruhe und Struktur in die Vorbereitung bringen

- Plane genug **Zeit für die Vorbereitung** ein, um Stress zu vermeiden.
- Führe deine **Ausrüstungskontrolle in einem festen Ablauf** durch, damit keine Schritte vergessen werden.

2. Störfaktoren minimieren

- Gespräche mit anderen erst **nach der Ausrüstungsprüfung** führen.
- Das Handy vor dem Tauchgang **weglegen** oder auf Flugmodus stellen, um nicht abgelenkt zu werden.

3. Checklisten und Buddy-Checks nutzen

- Arbeite mit **Checklisten**, um sicherzustellen, dass nichts vergessen wird.

© PDA Headquater 2025

- Führe mit deinem Tauchpartner einen **Buddy-Check** durch – so können Fehler gemeinsam entdeckt und korrigiert werden.

4. Mentale Vorbereitung auf den Tauchgang

- Nach der Ausrüstungsprüfung **kurz innehalten, tief durchatmen und sich auf den bevorstehenden Tauchgang konzentrieren**.
- Ein **klarer Fokus** hilft dabei, stressfrei und sicher ins Wasser zu gehen.

4. Eigene Rolle als Rescue Diver

Als **Rescue Diver** übernimmst du eine **verantwortungsvolle Rolle in Notfallsituationen**, die je nach **Umgebung, beteiligten Personen und verfügbaren Mitteln** unterschiedlich sein kann. Deine Aufgaben reichen von der **Unterstützung bei Rettungsmaßnahmen** über die **Koordination von Notfällen** bis hin zur **eigenständigen Bewältigung kritischer Situationen**.

Jeder Notfall ist **einzigartig** – eine **sorgfältige Situationsbewertung** ist daher essenziell.

Fragen zur Selbstreflexion in einer Notfallsituation:

✅ Bin ich der **Helfer** oder muss ich **delegieren**?
✅ Wer ist in die Situation involviert?
✅ Wo ist der Unfall passiert? Welche Umgebungsbedingungen herrschen?
✅ Welche Ressourcen und Hilfsmittel stehen zur Verfügung?
✅ Was ist die beste Lösung für diese spezifische Situation?

Ein **durchdachter Handlungsplan** im Vorfeld kann helfen, **strukturiert** und **effektiv** zu reagieren.

4.1. Notfallmanagement – Vorbereitung ist der Schlüssel

Eine gute **Notfallvorsorge** beginnt lange vor dem Tauchgang. Es ist wichtig, sich bereits im Vorfeld über folgende Punkte im Klaren zu sein:

- **Lage des Tauchgebiets**: Gibt es schwer zugängliche Stellen oder starke Strömungen?
- **Erreichbarkeit von Kommunikationsmitteln**: Wo befindet sich das nächste Funkgerät oder Handyempfang?
- **Notfalleinrichtungen in der Umgebung**: Wo ist das nächste Krankenhaus oder eine Druckkammer?
- **Transportmöglichkeiten**: Wie kann ein verletzter Taucher am schnellsten evakuiert werden?

© PDA Headquater 2025

Die **Beantwortung dieser Fragen** ermöglicht es, in einer realen **Notfallsituation** schnell und entschlossen zu handeln.

4.2. Wer muss retten? – Die Pflicht zur Hilfeleistung

In vielen Ländern besteht eine gesetzliche **Pflicht zur Hilfeleistung**. Jeder ist verpflichtet, im Rahmen seiner Fähigkeiten **Erste Hilfe** zu leisten.

Ausnahmen, in denen die Hilfeleistung **nicht** verpflichtend ist:
❌ **Unzumutbarkeit:** Wenn die eigene Gesundheit oder das eigene Leben gefährdet ist (z. B. Unfall mit gefährlichen Stoffen).
❌ **Höhere Verpflichtungen:** Wenn man beispielsweise kleine Kinder beaufsichtigt oder bereits auf dem Weg zu einem anderen Notfall ist.
❌ **Unnötigkeit:** Wenn bereits qualifizierte Hilfe (z. B. ein Arzt) vor Ort ist.
Sollte eine direkte Hilfeleistung nicht möglich sein, muss **unbedingt ein Notruf** abgesetzt werden.

Rechtliche Absicherung für Ersthelfer:
✅ **Keine Haftung für Schäden**, solange nach bestem Wissen und Gewissen geholfen wurde.
✅ **Keine Schadensersatzpflicht**, selbst wenn ungewollt Verletzungen entstehen (z. B. Rippenbruch bei Herzdruckmassage).
✅ **Eigentumsschutz:** Notwendige Beschädigungen (z. B. zerschnittene Kleidung bei der Wundversorgung) müssen nicht ersetzt werden.

Ein Ersthelfer ist sogar rechtlich abgesichert, wenn er in einer Notlage **Eigentum beschädigt**, um Leben zu retten (z. B. Autoscheibe einschlagen, um ein Kind aus einem überhitzten Auto zu befreien).

4.3. Selbstrettung – Die Grundlage jeder sicheren Tauchpraxis

Viele Tauchunfälle entstehen durch **psychologische Fehlreaktionen** wie Panik oder Überforderung. Ein Taucher, der sich selbst nicht **unter Kontrolle** hat, gefährdet nicht nur sich, sondern auch andere.

Zentrale Prinzipien der Selbstrettung:
✅ Niemanden unnötig gefährden
✅ Ruhe bewahren, auch in Stresssituationen
✅ Die eigenen Fähigkeiten realistisch einschätzen
✅ Eine zuverlässige und funktionale Ausrüstung mitführen

4.3.1. Vorbereitung – Die Basis für Sicherheit

Ein Taucher sollte nur ins Wasser gehen, wenn er **körperlich und mental stabil** ist. Dazu gehören:
✅ **Gesundheitlicher Zustand:** Keine Erkältung, keine Erschöpfung

© PDA Headquater 2025

✅ **Mentale Verfassung:** Keine Angst, kein Stress
✅ **Guter Schlaf & Ausgeruhter Zustand**
✅ **Sorgfältige Ausrüstungsprüfung**

4.3.2. Prävention – Probleme vermeiden, bevor sie entstehen

Die beste Notfallstrategie ist, **Probleme gar nicht erst entstehen zu lassen**. Dazu gehört:

✅ **Regelmäßige Kontrolle der Ausrüstung**
✅ **Absprachen mit dem Tauchpartner über das Notfallmanagement**
✅ **Erkennen von Gefahrensituationen im Anfangsstadium**

4.3.3. Handlung im Notfall – Sekunden entscheiden

Wenn ein Notfall eintritt, gibt es **nur wenige Sekunden** für die richtige Entscheidung.

Die vier entscheidenden Schritte:

✅ **Stoppen** – Bewegung einstellen, nicht hektisch reagieren
✅ **Atmen** – Ruhig weiteratmen, nicht in Panik geraten
✅ **Nachdenken** – Situation analysieren, Optionen abwägen
✅ **Handeln** – Gezielte Maßnahmen zur Selbstrettung ergreifen

4.3.4. Wichtige Fertigkeiten für die Selbstrettung

✅ **Technische Problemlösung:** Kleine Ausrüstungsprobleme eigenständig beheben können
✅ **Mentale Stärke:** Ruhe bewahren, auch in kritischen Situationen
✅ **Gesundheitliche Kompetenz:** Eigene Verletzungen einschätzen und richtig handeln

Als **Rescue Diver** bist du nicht nur für deine eigene Sicherheit verantwortlich, sondern auch für die anderer Taucher. Deine Rolle kann sich je nach Situation und Umgebung verändern – manchmal bist du der direkte Helfer, manchmal musst du ein Team koordinieren. Durch **gute Vorbereitung**, **sicheres Verhalten** und regelmäßiges Training kannst du sowohl dich selbst schützen als auch anderen in Notfällen effizient helfen. Ein **ruhiges, überlegtes Vorgehen** kann den Unterschied zwischen einer **kontrollierten Rettung** und einer **lebensbedrohlichen Eskalation** ausmachen.

➡ **Sicherheit beginnt bei dir selbst – trainiere regelmäßig und sei jederzeit auf Notfälle vorbereitet!**

© PDA Headquater 2025

5. Stress und Notsituationen im Tauchsport

Die meisten Tauchunfälle sind auf menschliches Versagen zurückzuführen. Die genaue Ursache bleibt oft unklar, da es bisher keine umfassenden wissenschaftlichen Studien zu diesem Thema gibt. Viele Vermutungen über die Gründe für Fehlverhalten unter Wasser basieren auf individuellen Erfahrungen und Einschätzungen.

5.1. Stress als Hauptauslöser für Panik

Stress ist eine der häufigsten Ursachen für unkontrollierte Reaktionen beim Tauchen. Wird Stress nicht rechtzeitig erkannt und bewältigt, kann er zu **Panik führen**, wodurch die Wahrnehmung eingeschränkt wird und das Problem nicht mehr rational erfasst oder gelöst werden kann.

Zentrale Stressfaktoren beim Tauchen:

- Fehleinschätzung der eigenen Fähigkeiten
- Übermäßige Angst vor bestimmten Situationen
- Unerwartete Herausforderungen unter Wasser

5.1.1 Was ist Stress?

Stress bezeichnet die **Beanspruchung** eines Menschen durch **innere oder äußere Reize**. Diese können sowohl **physischer** als auch **psychischer** Natur sein.
Stress ist nicht immer negativ – er kann auch als **positiver Antrieb** wirken. Problematisch wird er jedoch, wenn er zur **Überforderung** führt und sich in **Fehlverhalten oder Panik** äußert.

Ein gestresster Taucher zeigt bereits **vor dem Tauchgang** Symptome wie:

- Unkoordiniertes Verhalten
- Übermäßigen Redefluss oder auffällige Schweigsamkeit
- Nervöse Handlungen oder Unruhe

Zusammenhang zwischen physischem und psychischem Stress:
Psychischer **Stress** entsteht oft als Folge von **physischen Belastungen** – aber auch **umgekehrt**.

5.1.2 Ursachen für physischen Stress beim Tauchen

Äußere Bedingungen:

- Kälte oder Hitze
- Starke Strömungen

© PDA Headquater 2025

- Seekrankheit
- Stickstoffnarkose

Körperliche Belastungen:

- Erschöpfung durch zu schnelle Bewegungen oder lange Tauchgänge
- Krankheit oder Verletzungen
- Unzureichende Vorbereitung oder mangelnde Fitness

Ausrüstungsbedingte Faktoren:

- Unpassende oder defekte Ausrüstung
- Ungewohnte Leihausrüstung im Urlaub

📌 **Beispiele für psychischen Stress durch physische Belastungen:**

- Erschöpfung → Angst, es nicht mehr zurück an die Oberfläche zu schaffen
- Überanstrengung → Angst, dass die Luft ausgeht
- Überforderung → Angst, die Kontrolle zu verlieren

📌 **Beispiele für rein psychischen Stress:**

- Taucher fühlt sich einem höheren Risiko ausgesetzt als erwartet
- Gruppendruck, um ein bestimmtes Image zu wahren
- Überforderung durch zu viele Abläufe und Aufgaben gleichzeitig

5.1.3. Stress unter Wasser – Ursachen und Auswirkungen

Unter Wasser kann Stress plötzlich auftreten – häufig durch ein unerwartetes Erlebnis.

Häufige Stressauslöser:

- **Probleme mit der Ausrüstung** (besonders bei Leihgeräten)
- **Schwierigkeiten beim Tarieren**
- **Orientierungsverlust in unbekannten Gewässern**
- **Unkontrolliertes Absinken an Steilwänden**

Gerade **Urlaubstaucher** mit wenig Erfahrung oder fremder Ausrüstung sind besonders gefährdet. Wenn eine Situation eskaliert, kann sie zu **Panik führen**, insbesondere wenn der Taucher sich nicht in der Lage sieht, das Problem zu beheben.

Ein erfahrener Rescue Diver sollte daher frühzeitig auf Anzeichen von Stress bei anderen Tauchern achten:

- Unregelmäßige oder beschleunigte Atmung
- Hektische Bewegungen oder übermäßige Körperspannung
- Unkoordiniertes Verhalten

© PDA Headquater 2025

5.1.4. Panik durch Stress – Zwei Arten von Panik unter Wasser

Wenn ein Taucher den Stress nicht mehr bewältigen kann, kann es zu einer Panikreaktion kommen.

1. Aktive Panik

Typische Verhaltensweisen:

- Maske herunterreißen
- Atemregler oder Schnorchel aus dem Mund nehmen
- Wildes Umsichgreifen oder Festklammern an allem in der Nähe
- Unkontrollierter Aufstieg zur Oberfläche

Gefahr: Ein unkontrollierter Aufstieg kann zu einer **Lungenüberdehnung oder Dekompressionskrankheit** führen.

2. Passive Panik

Typische Verhaltensweisen:

- Der Taucher „friert ein" und reagiert nicht mehr auf Außenreize
- Blick wirkt leer oder tranceartig
- Keine eigenständige Bewegung oder Kommunikation

Gefahr: Der Taucher kann das Bewusstsein verlieren, ohne dass es sofort bemerkt wird.

👉 Beide Formen der Panik sind **lebensbedrohlich** und erfordern schnelles und besonnenes Eingreifen.

5.1.5. Vermindertes Wahrnehmungsvermögen unter Stress

Ein **wesentlicher Faktor** in Stresssituationen ist die **eingeschränkte Wahrnehmung**. Doch was bedeutet das genau?

Warum nimmt unsere Wahrnehmung unter Stress ab?

Wenn wir unter **Stress oder Panik** geraten, schaltet unser Gehirn in den **Überlebensmodus**. In diesem Zustand fokussieren wir uns **nur noch auf das dringendste Problem**, während andere wichtige Aspekte der Situation **ausgeblendet** werden.

Dieses Phänomen wird oft als **Tunnelblick** bezeichnet.

Beim Tauchen kann diese Einschränkung **lebensgefährlich** sein, weil unser Überleben von **kontrollierten und wohlüberlegten Entscheidungen** abhängt. Ein Taucher in Panik handelt oft **impulsiv** – meist ohne sich der **tatsächlichen Risiken** bewusst zu sein.

© PDA Headquater 2025

📌 **Beispiel: Stressreaktion unter Wasser**
Ein Taucher **verliert plötzlich seinen Buddy aus den Augen**. Statt **ruhig zu bleiben** und strukturiert nach ihm zu suchen, gerät er in **Panik**. Sein Gehirn konzentriert sich **nur noch auf das Problem**, dass sein Buddy verschwunden ist – andere Aspekte der Situation werden **komplett ausgeblendet**.

Ohne nach links, rechts oder nach hinten zu schauen, entscheidet er sich für eine **unüberlegte Handlung**: Er beginnt einen **unkontrollierten Aufstieg** an die Oberfläche – in der Hoffnung, seinen Buddy dort zu finden. Dabei **übersieht er andere Gefahren**, wie:

❌ **Das Risiko eines Lungenüberdehnungsbarotraumas**, weil er möglicherweise nicht ausatmet
❌ **Den Verlust der Tarierungskontrolle**, was zu einem gefährlichen Aufstiegstempo führen kann
❌ **Das Übersehen seines Buddys**, der sich vielleicht nur wenige Meter entfernt befindet
Solche unüberlegten Reaktionen können leicht zu **Unfällen** führen – obwohl das eigentliche Problem oft mit einer **ruhigen und strukturierten Vorgehensweise** gelöst werden könnte.

Lösung:

Stoppen – Atmen – Nachdenken – Handeln

✅ Ruhig bleiben und sich bewusst Zeit nehmen, um die Situation zu bewerten
✅ Alternative Lösungen abwägen
✅ Das Gelernte aus der Ausbildung anwenden

5.1.6. Selbstkontrolle und Prävention von Stress beim Tauchen

Jeder Taucher sollte sich stets bewusst sein: **Alle auftretenden Probleme unter Wasser sind lösbar**. Diese **innere Sicherheit** hilft dabei, Tauchgänge **ruhig, kontrolliert und mit klarem Kopf** durchzuführen.

Warum ist Selbstkontrolle so wichtig?

Unter Wasser kann eine unüberlegte oder panische Reaktion schnell gefährlich werden. Wer in Stress gerät, neigt dazu, **überhastet zu handeln**, was die Situation oft verschlimmert. Eine **bewusste Selbstkontrolle** und die Fähigkeit, Ruhe zu bewahren, sind deshalb **entscheidend für die eigene Sicherheit und die des Buddys**.

Nach dem Auftauchen: Ruhe bewahren!

Auch an der Oberfläche ist es wichtig, zuerst **Ruhe zu bewahren**. Der Taucher sollte:
✅ **Den Auftrieb sichern** (z. B. durch das Aufblasen des Jackets)
✅ **Tief durchatmen und sich sammeln**
✅ **Die Situation analysieren, bevor er handelt**

© PDA Headquater 2025

Dies gilt ebenso für Rettungssituationen:
Retter sollten bei verletzten oder erkrankten Tauchern zuerst den Auftrieb sicherstellen – dies gewährleistet, dass der Betroffene atmen kann.

Prävention ist der beste Schutz vor Unfällen. Bereits beim **Anziehen und Vorbereiten der Ausrüstung** sollte auf Anzeichen von Stress geachtet werden. Wird frühzeitig erkannt, dass ein Taucher gestresst ist, können viele Probleme vermieden werden, bevor sie überhaupt entstehen.

5.1.7. Richtiges Vorgehen bei einem Taucher in Panik

Bislang wurde vor allem auf die **Auswirkungen von Stress und Panik** eingegangen. Doch wie verhält man sich konkret, wenn jemand in Panik gerät?

Diese Situation wird im Tauchtraining oft geübt – und das aus gutem Grund. Der richtige Umgang mit einem panischen Taucher kann über **Leben und Tod** entscheiden.

Rettung eines panischen Tauchers an der Oberfläche

1. Ruhig bleiben und den Taucher aus sicherer Entfernung ansprechen.

- Versuche, Blickkontakt herzustellen und ihn verbal zu beruhigen.
- Halte **genügend Abstand**, da der Taucher in Panik unkontrolliert handeln kann.

2. Sicherheitsabstand bewahren und zur Not abtauchen.

- Ein panischer Taucher kann plötzlich auf dich zuschwimmen, um sich an dir festzuhalten.
- Sei jederzeit bereit, nach unten auszuweichen, falls er dich gefährdet.

3. Kommunikation aufbauen und zum Selbstretten anleiten.

- Falls möglich, bringe ihn dazu, sein Jacket selbst aufzublasen.
- Eine kontrollierte Atmung hilft, die Panik zu reduzieren.

4. Falls keine Reaktion erfolgt: Panischen Taucher von hinten sichern.

- Tauche ab und nähere dich von hinten.
- Fixiere ihn sanft, um weitere unkontrollierte Bewegungen zu verhindern.
- Stelle den **Auftrieb her**, damit er an der Oberfläche bleibt.

Rettung eines panischen Tauchers unter Wasser

Unter Wasser gelten ähnliche Prinzipien, aber mit zusätzlichen Risiken:

1. Sicherheitsabstand einhalten.

- Ein in Panik geratener Taucher kann versuchen, sich an dir festzuhalten oder dir den Atemregler aus dem Mund zu reißen.
- Komme ihm daher nicht frontal zu nah.

© PDA Headquater 2025

2. Ruhe bewahren und langsam nähern.

- Falls der Taucher noch handlungsfähig ist, versuche, ihn durch Zeichen oder Augenkontakt zu beruhigen.

3. Falls der Taucher nicht reagiert, von hinten sichern.

- Halte ihn sanft fest, um unkontrollierte Bewegungen zu unterbinden.
- Stelle den **Auftrieb** her, um ihn langsam und kontrolliert nach oben zu bringen.

4. Sobald der Taucher an der Oberfläche ist, weiter beruhigen.

- Luftversorgung und Bewusstsein überprüfen.
- Falls notwendig, Notfallmaßnahmen einleiten.

6. Angstfaktoren

Ein **Rescue Diver** muss in der Lage sein, **Stress- oder Angstzustände frühzeitig zu erkennen**. Mit einem **geschulten Blick** sollte er auch **kleinste Veränderungen im Verhalten von Tauchern wahrnehmen**, selbst aus dem Augenwinkel.

Jeder Mensch reagiert unterschiedlich auf Angst oder Nervosität – sowohl vor, während als auch nach einem Tauchgang. Besonders **der Übergang von Nervosität zu echter Angst ist oft schwer zu erkennen**, da die Symptome ineinander übergehen können. Es gibt jedoch **bestimmte Anzeichen**, die darauf hinweisen, dass jemand **gestresst oder ängstlich** ist.

6.1. Anzeichen von Nervosität oder Angst

6.1.1. Vor dem Tauchgang:

- **Vermehrtes Reden** – Nervöse Taucher reden oft viel und versuchen, ihre Unsicherheit zu überspielen.
- **Ständiges Schweigen** – Andere wiederum ziehen sich zurück und werden ungewöhnlich still.
- **Unruhige Bewegungen** – z. B. **Herumfuchteln mit den Händen** oder **ständiges Auf- und Ablaufen**.
- **Übermäßige Kontrolle der Ausrüstung** – wiederholtes **Überprüfen des Tauchgeräts** kann auf Unsicherheit hindeuten.
- **Viele Fragen stellen** – oft aus dem Wunsch heraus, sich abzusichern.
- **Schweißausbrüche** – auch bei normaler Umgebungstemperatur.
- **Reizbarkeit oder Streitlust** – Angst kann sich auch in **ungewohnter Gereiztheit oder Aggression** äußern.

© PDA Headquater 2025

6.1.2. Während des Tauchgangs:

- **Erweiterte Pupillen** – eine physiologische Reaktion auf Stress.
- **Beschleunigte Atmung** – kann auf **Panik oder steigenden Stress** hindeuten.
- **Körperkontakt suchen** – z. B. das **Greifen nach der Hand des Tauchpartners**.
- **Plötzlicher Rückzug** – manche Taucher **tauchen bewusst vom Partner weg**, um sich zu isolieren.
- **Unkontrollierte Bewegungen** – hektisches oder **planloses Handeln unter Wasser**.
- **Überstürztes Auftauchen** – in Panik **wird der Sicherheitsstopp ignoriert**, was gesundheitliche Risiken birgt.
- **Regler (2. Stufe) aus dem Mund reißen** – ein **kritisches Anzeichen für extreme Panik** oder Atemprobleme.

6.1.3. Nach dem Tauchgang:

- **Sich zurückziehen** – **stilles Sitzen in einer Ecke** oder das **Vermeiden von Gesprächen**.
- **Das Bedürfnis nach Alleinsein** – als **Zeichen von emotionaler Überforderung**.
- **Erleichterung zeigen** – das Gefühl, eine große Last loszuwerden.
- **Euphorie oder Glücksgefühl** – kann auf eine **überstandene Angst** hindeuten.
- **Der Entschluss, nicht wieder tauchen zu wollen** – oft nach einer **beängstigenden Erfahrung**.
- **Verachtung oder Ablehnung des Tauchgeräts** – es wird **nicht mehr angefasst oder kritisch betrachtet**.

6.2. Umgang mit ängstlichen Tauchern

Nach dem Tauchgang ist es **besonders wichtig**, mit den **Tauchern zu sprechen und ihre Erfahrungen ernst zu nehmen**.

✅ **Offenes Gespräch suchen** – **Wie haben sie den Tauchgang empfunden? Gab es Ängste oder Unsicherheiten?**
✅ **Ängste ansprechen und validieren** – Taucher sollten spüren, dass ihre **Gefühle ernst genommen werden**.
✅ **Lösungsorientiert unterstützen** – Falls es **Ängste oder Unsicherheiten gibt**, sollten sie **gezielt angesprochen und mit geeigneten Maßnahmen reduziert werden**.
✅ **Gemeinschaftsgefühl stärken** – Der Taucher soll **wissen, dass er nicht allein ist** und dass **Hilfe und Unterstützung vorhanden sind**.

Fazit: Angst ist eine natürliche Reaktion, die jedoch beim Tauchen **gefährlich werden kann**, wenn sie zu unüberlegten Handlungen führt. Ein **aufmerksamer Rescue Diver** erkennt frühzeitig Anzeichen von Nervosität oder Angst und kann dadurch **präventiv eingreifen, beruhigen und Sicherheit vermitteln**.

© PDA Headquater 2025

7. Notaufstieg

Ein **Notaufstieg** ist die **letzte Option**, die während eines Tauchgangs gewählt werden sollte. Eigentlich sollte das Ziel sein, alle **Probleme** unter Wasser zu klären. In **seltenen** Fällen ist dies jedoch nicht möglich, und der Notaufstieg bleibt der letzte Ausweg.

Ein Notaufstieg umfasst **alle ungeplanten Aufstiege**, die **nicht zum normalen Tauchgangsablauf gehören**. Die Gründe für einen Notaufstieg sind vielfältig, jedoch sollte er **nur dann durchgeführt werden, wenn das Problem unter Wasser nicht anderweitig gelöst werden kann**.

Es gibt verschiedene Arten des Notaufstiegs:

1. **Notaufstieg allein:** Dieser wird notwendig, wenn der Weg nach oben kürzer ist als der Weg zum Partner (einschließlich sich aufmerksam machen). Ein **Buddy-Team** sollte so dicht wie möglich zusammenbleiben. Sollte jedoch ein paar Meter Abstand entstehen, sei es durch **Strömung** oder weil einer fotografiert, kann der Weg nach oben kürzer sein als der Weg zum Partner. In diesem Fall bleibt nur der Notaufstieg allein. Auch hier sollte jedoch die **Aufstiegsgeschwindigkeit** nicht überschritten werden, auch wenn der Drang nach oben groß ist.

2. **Notaufstieg unter Wechselatmung:** Dies wird heute nicht mehr so häufig praktiziert, da fast jeder Taucher nun einen **Octopus** an seiner Ausrüstung hat. Bei dieser Technik tauschen die Tauchpartner den **Atemregler** hin und her: Jeder atmet ein, gibt den Atemregler weiter und der Partner atmet aus und ein. Diese Methode wird in vielen Verbänden jedoch nicht mehr gelehrt, da der **Octopus** inzwischen Standard in jeder Konfiguration ist. Ein Notaufstieg unter Wechselatmung kommt nur in extrem seltenen Fällen zum Einsatz, beispielsweise wenn der Buddy keine Luft mehr hat und der eigene Octopus defekt ist.

3. **Notaufstieg unter Oktopusatmung:** Diese Methode ist heute weit verbreitet und Bestandteil der meisten **OWD-Ausbildungen**. Ein Taucher ohne Luft hat **Angst**, wird jedoch nicht einfach den Partner anstupsen und ihm zeigen, dass er keine Luft mehr hat. In der Praxis wird der Taucher, wenn er den **Atemregler** des Partners sieht, diesen einfach nehmen. Es ist wichtig, dass der **Octopus** selbst genommen wird, um den Notaufstieg einzuleiten. Sollte der Buddy jedoch wie gelernt den Octopus haben wollen, ändert sich am Aufstieg nichts. Wer welchen Atemregler im Mund hat, ist dabei nebensächlich.

© PDA Headquater 2025

⚠ **Häufiges Problem:**
Probleme beginnen meist an der **Oberfläche**, da der Buddy, der keine Luft hat, vergisst, sein **Jacket** mit dem Mund aufzublasen. Dadurch kann es zu **Panik aufgrund mangelnden Auftriebs** kommen.

4. **Notaufstieg mit Ponyflasche:** Eine andere Möglichkeit ist, wenn ein Taucher mit einer **Ponyflasche** taucht. Der Luftgeber bleibt bei seiner eigenen Luftversorgung, während der Luftnehmer den **Atemregler** der Ponyflasche verwendet. Auf diese Weise ist ein sicherer Aufstieg möglich.

5. **Notaufstieg bei bewusstlosem Taucher:** Wenn der **Partner** bewusstlos wird, ist es wichtig, ihn sicher zu halten und den **Atemregler** im Mund des Verunfallten festzuhalten. Die **Tarierung** erfolgt mit dem **Jacket** des Verunfallten. Es muss sichergestellt werden, dass der Taucher während des **Notaufstiegs** stabil bleibt, damit keine weiteren Gefährdungen entstehen und die **Versorgung** so gut wie möglich erfolgen kann.

8. Fremdrettung

Ein Taucher kann nur dann erfolgreich gerettet werden, wenn der Retter sich selbst unter Kontrolle hat und nicht in Gefahr gerät. Die eigene Sicherheit hat oberste Priorität!

Bei der Fremdrettung kommt es auf eine schnelle, aber durchdachte Vorgehensweise an. Ziel ist es, den verunfallten Taucher so rasch wie möglich und unter Berücksichtigung der eigenen Sicherheit an die Wasseroberfläche zu bringen. Dafür sind fundierte Rettungs- und Bergungstechniken entscheidend.

Wichtige Grundsätze der Fremdrettung:

✅ **Eigene Sicherheit geht vor** – Ein Retter, der selbst in Schwierigkeiten gerät, kann nicht helfen.
✅ **Effizientes Handeln** – Trotz Zeitdruck müssen unnötige Risiken vermieden werden.
✅ **Technik statt Kraft** – Der richtige Griff und eine gute Auftriebssteuerung sind wichtiger als körperliche Stärke.

Auch wenn schnelles Eingreifen erforderlich ist, darf dabei weder der Verunfallte noch der Retter zusätzlich gefährdet werden.

© PDA Headquater 2025

9. Unfall-Auslöser

Taucherunfälle können durch verschiedene Faktoren verursacht werden. Grundsätzlich lassen sich die Unfallauslöser in drei Hauptkategorien einteilen: **Mensch, Technik und Umwelt.**

9.1. Unfallauslöser: Mensch

- **Mangelhafte Ausbildung** → Fehlende Tauchfertigkeiten und unzureichende Erfahrung
- **Konditionelle Schwächen** → Erschöpfung oder Krämpfe durch schlechte Fitness
- **Persönliche Faktoren** → Übermut, Selbstüberschätzung, Nachlässigkeit oder Ignoranz
- **Schlechte Kommunikation** → Fehlende oder unklare Absprachen vor dem Tauchgang

9.2. Unfallauslöser: Technik

- **Unbekannte oder fehlerhafte Ausrüstung** → Nutzung nicht vertrauter oder selbst modifizierter Ausrüstungsteile
- **Schlechte Wartung** → Defekte oder mangelhaft gepflegte Tauchausrüstung
- **Unpassende Ausrüstung** → Zu enger Anzug, schlecht sitzende Maske, Flossen oder Jacket
- **Fehlende Tarierung** → Falsche Bleimenge oder ungesicherte Gewichte
- **Technische Defekte** → Vereisung des Atemreglers, plötzlicher Luftverlust oder Instrumentenausfall

9.3. Unfallauslöser: Umwelt

- **Unbekanntes oder schwieriges Tauchgebiet**
- **Strömungen, Sog oder Strudel**
- **Schlechte Sichtverhältnisse**
- **Gefahren unter Wasser** → Enge Einstiege, dichte Vegetation, steile Geländeformationen
- **Risiken durch Umgebung** → Wracks, Höhlen, Schiffsverkehr, Leinen oder Netze
- **Wetterbedingungen** → Gewitter, Regen, Eis, hoher Wellengang oder starke Brandung

© PDA Headquater 2025

10. Problemlösungen während des Tauchgangs

Probleme können sowohl an der Wasseroberfläche als auch während des Tauchgangs auftreten. Dabei unterscheidet man zwei Arten von Tauchern: den **reagierenden Taucher** und den **nicht reagierenden Taucher**.

10.1. Während des Tauchgangs – Reagierender Taucher

Anzeichen für Probleme können sein:

- **Schnelles Atmen**
- **Unbeholfener Flossenschlag**
- Unkoordinierte **Schwimmbewegungen** (z.B. **Hundestil**)
- Übermäßiges Hantieren an der **Ausrüstung**
- Wilde **Handzeichen**

Sollten diese Probleme frühzeitig erkannt werden (bevor Panik entsteht), sollte der Taucher gestoppt und zur Ruhe gebracht werden. Falls möglich, kann er sich an einem festen Punkt festhalten oder auf den Grund absinken (achte dabei auf die Tiefe).

💡 **Vorgehen:**

- „Sprich" mit dem Taucher mittels Handzeichen und beruhige ihn (ruhiges Atmen signalisieren).
- **Bei unkontrolliertem Absinken (negativer Auftrieb):** Fordere ihn auf, sein Jacket aufzublasen und auszutarieren. Falls nötig, halte ihn fest und unterstütze ihn durch Luftzugabe ins Jacket.
- **Bei unkontrolliertem Aufstieg (positiver Auftrieb):** Stelle Körperkontakt her und nutze das Schnellablassventil seines Jackets. Falls nötig, entlüfte dein eigenes Jacket, um die Kontrolle zu behalten.

10.2. An der Wasseroberfläche – Reagierender Taucher

Anzeichen können sein:

- **Notsignale** (z.B. **Winken** mit den Armen, **Um Hilfe rufen**, **Pfeifen**)
- **Strampeln** oder **Flossentreten**, um sich an der Wasseroberfläche zu halten

💡 **Vorgehen:**

- Beurteile die Situation: Ist der Taucher panisch, erschöpft oder hat er ein Ausrüstungsproblem
- Sprich ihn aus sicherem Abstand von vorne an, um seine Reaktion zu beobachten.

© PDA Headquater 2025

Ein Taucher, der nicht in Panik geraten ist, wird in der Lage sein, dir zu erklären, was das Problem ist.
Entsprechend kannst du dann die nötigen Schritte einleiten.

Ermüdete Taucher

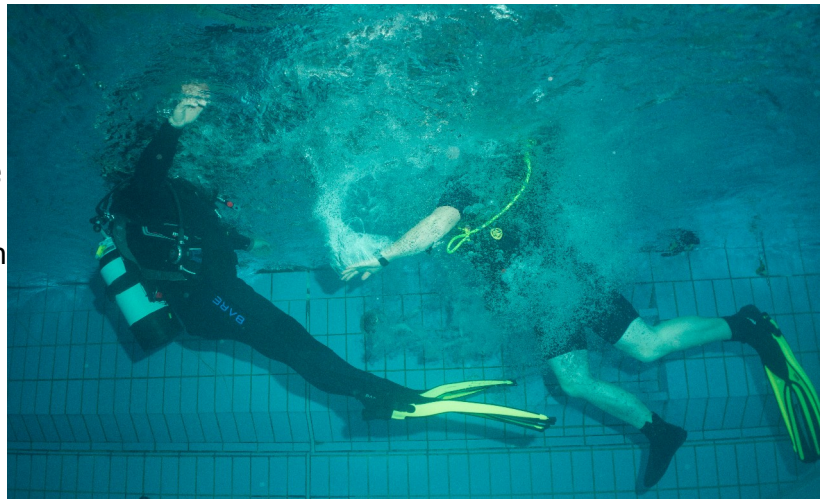
Ermüdete Taucher haben meistens ihr Problem im Griff (z.B. **Krampf**, **Erschöpfung**) und reagieren auf Anweisungen und Hilfeleistungen. Sie können mithelfen und haben sich unter Kontrolle.

Mehrere reagierende Taucher an der Oberfläche

Lege fest, welcher Taucher zuerst deine Hilfe benötigt. Nähere dich ihm nach der erlernten Methode und sichere ihn. Dann kannst du dich dem nächsten zuwenden. Sollte ein oder mehrere Taucher in **Panik** sein, halte sicheren Abstand, bis für dich ein beherrschbares Risiko beim Eingreifen besteht.

10.3. In Panik geratenen Taucher

Bei einem Taucher in **Panik** während eines Tauchgangs ist besondere Vorsicht geboten. Ein **Panik-Taucher** kann den Helfer in große Bedrängnis bringen. Ein Mensch in Panik kann dabei unglaubliche Kräfte entwickeln. Deshalb immer **Abstand halten** und auf einen schnellen Rückzug vorbereitet sein.
Ein in Panik geratener Taucher läuft Gefahr zu ertrinken, weil er z.B. aus Erschöpfung das Bewusstsein verlieren oder unkontrolliert nach oben schießen kann.



10.3.1. Während des Tauchgangs

Anzeichen für Panik können sein:

- **Unkontrolliertes** und **unrationales Verhalten**
- **Klammern** an den Tauchpartner
- Sofortiger unkontrollierter Drang, an die **Oberfläche** zu wollen
- **Strampeln** oder **Erstarren**, ohne eine Reaktion zu zeigen

Nähere dich dem Taucher von vorne und signalisiere ihm das **„OK"-Zeichen**. Kommt keine Reaktion, tauche den Taucher von hinten an, um ihn unter Kontrolle zu bringen und den **kontrollierten Notaufstieg** zu beginnen.
Sollte dies nicht möglich sein, weil der Taucher in Panik nicht reagiert und nach oben schießt,

© PDA Headquater 2025

versuche, seinen unkontrollierten Aufstieg zu verzögern, z.B. indem du dich an seinem Bein festhältst. **Deine eigene Sicherheit steht immer an erster Stelle.**
Bringe dich niemals in eine Situation, in der du dir nicht mehr selbst helfen kannst.

👉 Ein unkontrollierter Aufstieg des in Panik geratenen Tauchers ist eher hinzunehmen, als sich selbst in Lebensgefahr zu bringen.

10.3.2. An der Wasseroberfläche

Anzeichen können sein:

- Abwerfen von **Ausrüstungsgegenständen**
- **Strampeln** oder **Flossentreten**, um sich an der Wasseroberfläche zu halten
- Herumschlagen mit den Armen, **unkontrolliertes Schreien**, nicht reagieren auf Zuruf
- Versuchen, auf alles und jeden hinaufzuklettern

Reagiert der Taucher nicht auf deine Zurufe, halte Abstand (von vorne) und sei jederzeit bereit, einen schnellen Rückzug zu machen.
Lehne dich zurück, die **Flossen** in Richtung des Opfers. Sehr wahrscheinlich wird das Opfer versuchen, dich zu erreichen, um sich an dir festzuhalten oder auf dich zu klettern. Bringe dich dann unverzüglich mit kräftigen **Flossenschlägen** außer Reichweite.
Wenn du den Zeitpunkt als günstig erachtest (ein erschöpftes Opfer ist eher unter Kontrolle zu bringen), tauche von hinten an, klemme die **Taucherflasche** zwischen deine Beine, stelle positiven **Auftrieb** her und versuche, beruhigend auf ihn einzuwirken.

10.4. Problemlösungen an der Wasseroberfläche:

Nicht reagierender Taucher an der Oberfläche:

- Von vorne annähern, zurufen, Wasser spritzen, flache Hand auf das Wasser schlagen, Kontakt herstellen
- Falls der Taucher auf dem Bauch liegt (Gesicht nach unten), drehe ihn auf den Rücken
- **Auftrieb** für beide sicherstellen, **Maske** und **Atemregler** des Opfers entfernen und **Atmung kontrollieren**
- Ist die Atmung vorhanden, schütze die **Atemwege** vor Wasser, während du das Opfer in Sicherheit bringst

🚨 **Wichtiger Hinweis:**
Laut aktuellen medizinischen Erkenntnissen sollte eine Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW) **erstan Land oder auf dem Boot begonnen werden.** Eine Beatmung während des Schleppens ist **ineffektiv und sollte unterlassen werden“**

Effektive Techniken des **Transportes** von ermüdeten oder bewusstlosen Tauchern an der Oberfläche sind:

© PDA Headquater 2025

- **Schleppen** am **Flaschenventil** oder Oberarm




- **Schieben** des Verunfallten



⚠ Welche Priorität das **Entfernen der Ausrüstung** beim Retten hat, hängt von der jeweiligen Situation ab. Wichtigste Regel ist: Entferne Ausrüstung nur, wenn sie der Rettung dient. Zum Beispiel das **Blei** des Opfers, um positiven Auftrieb herzustellen oder um den **Wasserwiderstand** zu verringern und schneller voranzukommen.

10.5. Hilfeleistung aus der Ferne (Boot oder Land)

Priorität: So schnell und sicher wie möglich zum Opfer gelangen.

💡 **Vorgehen:**

- Überlege, was der sicherste Weg zum Taucher ist (Entfernung, Kraft, Strömung etc.).
- Nimm geeignete Hilfsmittel mit (ABC-Ausrüstung, Auftriebskörper).
- Falls ein Boot vorhanden ist, so nah wie möglich heranfahren, ohne das Opfer zu gefährden.
- Falls das Opfer reagiert, einen Auftriebskörper zuwerfen.

© PDA Headquater 2025

- Falls das Opfer nicht reagiert, möglichst nahe ins Wasser steigen und mit der Rettung beginnen.

11. Bergen oder „Wie rette ich richtig?“

Die Rettung eines verunfallten Tauchers erfordert besondere Kenntnisse und Fähigkeiten. Der Retter muss den möglicherweise handlungsunfähigen Taucher zügig und ohne Gefahr für sich selbst aus der Gefahrenzone bringen, da Zeit hier entscheidend für Gesundheit und Leben ist. In manchen Fällen kann es zu einem Notaufstieg kommen. Eine Notaufstiegsgeschwindigkeit von 18 Metern pro Minute gilt als akzeptabel. Alles darüber hinaus kann zu einem unkontrollierten Durchschießen führen. Allerdings sollte man nicht zu viel Angst vor einem Durchschießen haben, da es Situationen geben kann, in denen es als letzte Möglichkeit notwendig wird. Die eigene Sicherheit steht dabei immer an erster Stelle; der Retter darf sich nie in eine lebensbedrohliche Situation begeben. Sobald die Wasseroberfläche erreicht ist, geht es darum, den Verunfallten so schnell wie möglich an Land zu bringen, um lebensrettende Maßnahmen einzuleiten und die Rettungskette in Gang zu setzen.

Dabei lassen sich vier Phasen unterscheiden:

1. **Der Aufstieg zur Wasseroberfläche und das Verlassen der unmittelbar gefährlichen Umgebung**
2. **Die Sicherung des Verunfallten und der Transport zum Boot oder zum Ufer**
3. **Der schonende Transport aus dem Wasser auf das Boot oder an Land**
4. **Die Einleitung weiterer Rettungsmaßnahmen**

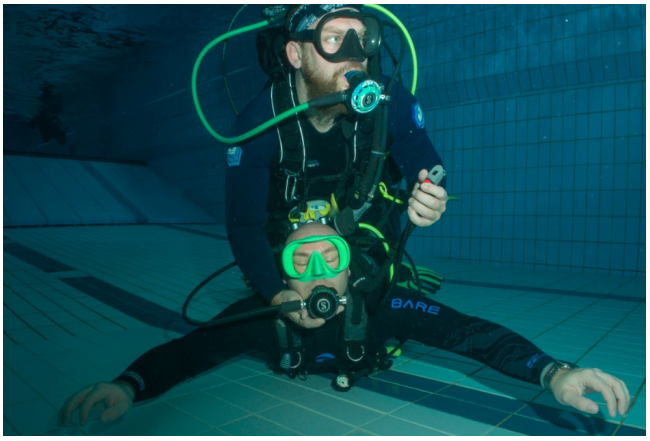
11.1. Bergung eines bewusstlosen Tauchers

Den verunfallten Taucher von vorne antauchen und auf Reaktion achten. Du kannst den Verunfallten entweder von vorne oder hinten fixieren, je nach Situation. Hat der bewusstlose Taucher den Regler noch im Mund, halte ihn dort fest. Wenn nicht, verzichte auf den Versuch, den Regler wieder zu platzieren, und beginne sofort mit einem kontrollierten Aufstieg.

Bergung von vorne:
Mit dem linken Arm durch eine Schlaufe oder einen Träger des Jacketts gelangen. Der Arm sollte so weit durchgestreckt werden, dass die linke Hand bis zur Mundpartie des Verunfallten reicht. Hier muss der Atemregler gegen Herausfallen gesichert werden, und gleichzeitig muss der Kopf am Kinn gestützt werden, damit der Kopf nicht auf die Brust gedrückt wird und die Atemwege blockiert sind.

© PDA Headquater 2025

Bergung von hinten:
Greife mit der linken Hand über die Schulter des Verunfallten und folge dem Inflatorschlauch, bis du den Inflator in der Hand hast. Mit der rechten Hand greifst du zum Mund des Tauchers, um den Atemregler zu fixieren und das Kinn zu stützen, damit der Kopf angehoben wird. Umklammere mit den Knien die Tauchflasche des Verunfallten. Erst nach diesen Maßnahmen mit dem Aufstieg beginnen. Kontrolliere den Aufstieg mit Hilfe des Jacketts des Opfers. Dein eigenes Jackett sollte so leer wie möglich sein.



Es ist am einfachsten, den Inflator des Verunfallten zu betätigen, um neutralen Auftrieb herzustellen, und den Verunfallten mit Flossenschlägen nach oben zu bringen. Kann der Inflator nicht verwendet werden, kann das Jackett mit dem Mund aufgeblasen werden. Achte darauf, dass du nicht den eigenen Atemregler verlierst. Falls notwendig, das Blei des Verunfallten abwerfen. Diese Maßnahme sollte jedoch nur als letzte Möglichkeit in Betracht gezogen werden, da sie die Kontrolle über die Aufstiegsgeschwindigkeit erschwert.

Wichtige Faktoren bei der Bergung:

- Der Verunfallte muss immer mindestens neutral tariert sein (positiver Auftrieb).
- Der Retter muss mit dem Verunfallten eine Einheit bilden (Tarriereinheit).
- Der Retter muss die Aufstiegsgeschwindigkeit überwachen und beeinflussen können. Das Hochzerren des Verunfallten ist zu vermeiden.
- Ist der Aufstieg nicht kontrollierbar, muss der Verunfallte losgelassen und alleine aufsteigen gelassen werden. Sobald du selbst sicher oben bist, stellst du an der Oberfläche den Kontakt wieder her und sorgst für positiven Auftrieb für beide.

11.1.1. Vorgehensweise nach der Bergung

Nach der Bergung eines verunfallten Tauchers beginnt die Rettungskette mit den folgenden Sofortmaßnahmen:

1. **Notruf**
2. **Erste Hilfe**
3. **Transport** zum Krankenhaus

Die Rettungskette beginnt mit der Hilfe des Laien. Vom entschlossenen und schnellen Handeln des Ersthelfers hängt der weitere Verlauf und Erfolg der Rettung ab. Die ersten lebensrettenden Sofortmaßnahmen sind entscheidend.

Die wichtigsten Maßnahmen im Notfall:

© PDA Headquater 2025

- **Eigensicherung**
- **Überprüfung der Lebenszeichen**
- **Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW)**

Der Notruf ist das zentrale Glied der Rettungskette, da hier die Verbindung zum professionellen Rettungsdienst hergestellt wird. Nach dem Absetzen des Notrufs sollte bis zum Eintreffen der Rettungskräfte die Erstversorgung sichergestellt werden. Dies umfasst vor allem die Suche nach Blutungen und Verletzungen sowie deren Versorgung (sofern vor Ort möglich). Sauerstoff kann verabreicht werden, und es ist wichtig, den Verunfallten korrekt zu lagern, um Auskühlung oder Überhitzung zu verhindern.

Vermeide es, eine Re-Kompression im Wasser durchzuführen, wenn der Verdacht auf Dekompression besteht. Ein Verantwortlicher sollte außerdem dafür sorgen, dass jemand den Rettungsdienst empfängt, falls die Lage unübersichtlich ist.

Für den Rettungsdienst kann es hilfreich sein, Informationen zum Tauchgangsprofil, Wiederholungstauchgängen, auftretenden Symptomen und eingeleiteten Erste-Hilfe-Maßnahmen zur Verfügung zu stellen. Angaben über das Opfer, wie Name, Kontaktpersonen und bekannte Erkrankungen, sind ebenfalls von Bedeutung. Sollte ein Unfallbericht erforderlich sein, sind nur Fakten und Beobachtungen zu dokumentieren, Spekulationen oder Vermutungen sind zu vermeiden.

11.1.2. Notruf:

- **Wer:** Wer meldet den Unfall? Name angeben.
- **Wo:** Wo ist die Unfallstelle?
- **Was:** Was ist bereits geschehen? Wurde bereits Sauerstoff verabreicht?
- **Wann:** Wann ist der Unfall passiert?
- **Wie:** Wie ist der Unfall passiert (wenn bekannt)?

11.1.3. Notfallkoffer

Jede Tauchgruppe, Tauchschule und Tauchbasis sollte für alle Fälle eine Notfallausrüstung mit sich führen. Da oft keine Ärzte vor Ort sind, muss die Ausrüstung so beschränkt sein, dass sie von Ersthelfern sicher genutzt werden kann. Ersthelfer dürfen keine technischen Hilfsmittel verwenden, die spezielles Fachwissen erfordern. Bei Medikamenten wie Heparin oder speziellen Hilfsmitteln wie Güdel-Tuben oder Spritzen gilt: Sie dürfen nur von einem Arzt verwendet werden.

Die Haltbarkeit der Medikamente ist zu beachten, insbesondere bei kühlpflichtigen Medikamenten. Der Notfallkoffer sollte unter konstant kühlen Temperaturen gelagert werden.

DAN-Sauerstoffkoffer:

- 2-5 Liter Sauerstoffflasche mit gültigem TUV
- TRU Fit Maske für den spontan atmenden Taucher (mit Demand Ventil)

© PDA Headquater 2025

- Pocket Mask für den nicht atmenden Taucher
- Non-Rebreather-Maske für den spontan atmenden Taucher
- Anschlussschläuche und O-Ringe in einwandfreiem Zustand
- Komplette DAN-Einheit

Alternativ gibt es auch andere Systeme, die jedoch gleichwertig sind. Zu beachten sind auch Dreieckstücher, Verbände, Pflaster und Wundsalben im Notfallkoffer. Tabletten und Salben dürfen nur von Ärzten verabreicht werden, daher sollten diese nicht unbedingt im Notfallkoffer enthalten sein.

11.2. Suchtechniken

Suchaktionen können sowohl vom Land als auch vom Boot aus durchgeführt werden. Die Auswahl der Technik hängt von den verfügbaren Mitteln und Personen ab.

Folgende Schritte sind entscheidend:

- Herausfinden, wo der Taucher zuletzt gesehen wurde und Rettungsdienst verständigen.
- Beobachter einteilen, die nach Luftblasen suchen, und deren Ergebnisse sofort melden.
- Suchmuster festlegen und Tauchergruppen entsprechend einteilen.

Je nach den Gegebenheiten kommen unterschiedliche Suchtechniken zum Einsatz, wie z.B. die Scheibenwischermethode, parallele Streckenführung oder das Tauchen in konzentrischen Kreisen. Bei der Suche ohne Signalleine ist eine sichere Navigation unerlässlich.

12. Ausstiegstechniken

12.1. Schultertragegriff

Beim **Schultertragegriff** wird der Verunfallte quer über die Schulter des Retters gelegt und in dieser Position aus dem Wasser getragen. Diese Technik eignet sich besonders für kurze Strecken und wenn der Retter genügend Kraft besitzt.

12.2. Rückentragegriff

Der **Rückentragegriff** ermöglicht es, den Verunfallten auf dem Rücken des Retters zu transportieren. Dabei sind die Arme des Verunfallten über die Schultern des Retters gelegt, um einen sicheren Halt zu gewährleisten. Diese Technik ist hilfreich, wenn der Retter längere Strecken zurücklegen muss.

© PDA Headquater 2025

12.3. Rautekgriff



Beim **Rautekgriff** steht der Retter hinter dem Verunfallten und greift mit beiden Armen unter dessen Achselhöhlen hindurch. Anschließend wird ein Arm des Verunfallten im Ellbogen rechtwinklig gebeugt. Der Retter umfasst den Unterarm mit beiden Händen von oben und drückt ihn gegen den Oberbauch des Verunfallten. Dabei zeigen die Daumen nach oben. Diese Technik eignet sich besonders für das sichere Ziehen des Verunfallten auf eine stabile Oberfläche.

12.3.1. In das Schlauchboot hochziehen oder auf einen Steg:

- Halte eine Hand des Verunfallten mit einer Hand fest und schwinge dich selbst ins Boot.
- Greife dann beide Hände des Verunfallten, tauche ihn kurz ins Wasser, um Auftrieb zu erzeugen, und ziehe ihn mit einer fließenden Bewegung über den Bauch ins Boot.
- Achte darauf, dass der Kopf des Verunfallten stets über Wasser bleibt und seine Atemwege frei sind.

12.3.2. Ausstieg über eine Leiter:

- Setze den Verunfallten auf dein Oberschenkel, sodass sein Oberkörper leicht nach hinten gelehnt ist.
- Lege seine Arme über deine Schultern, um ihn zu stabilisieren.
- Halte seinen Körper sicher zwischen deinen Armen, während du mit dem Bein, auf dem der Verunfallte sitzt, als Erstes die Leiter hinaufsteigst.
- Ziehe das zweite Bein nach und wiederhole den Vorgang schrittweise, bis du den oberen Teil der Leiter erreicht hast.

13. Unfallverhütung

Besser als jede Notfallversorgung ist es, wenn **erst gar keine Notfälle** passieren. Probleme am **Atemregler** können beispielsweise bei einem **Buddycheck** oder auch bei der **Eigenkontrolle** beim Zusammenbau bereits festgestellt werden. Klar gibt es Probleme, die erst während des Tauchgangs auftreten, doch das meiste lässt sich mit einer **Sicht-** und **Funktionsprüfung** im Vorfeld erkennen. Dazu kommt die **richtige Verwendung der Ausrüstung**, keine Eigenbauten oder Eigenkonfigurationen und regelmäßige Wartungen durch einen Fachmann, um das Risiko eines **Tauchunfalls** mit der Ausrüstung zu verringern.

Gehe immer sorgsam mit deiner Ausrüstung um, denn sie ist deine **Lebensversicherung** unter Wasser. Wenn man sieht, wie an Tauchbasen **Atemregler** im **Sand** oder **Dreck** liegen, oder wie beim Absetzen der Flasche diese oft auf **Instrumenten** oder dem **Oktopus** abgelegt wird, braucht man sich nicht wundern, dass es immer wieder zu **Ausrüstungsversagen** kommt.

© PDA Headquater 2025

Ebenso wichtig für die Ausrüstung ist der **Tauchanzug**. Er schützt den Körper vor zu schnellem **Temperaturverlust**. Schon wenn das Wasser 3 Grad kälter ist als die Körpertemperatur, gibt der Körper Wärme an das Wasser ab. Die Abnahme der Körpertemperatur bei jedem Tauchgang ist umso höher, je größer der Temperaturunterschied zwischen Körper und Wasser ist. Taucher, die einen zu dünnen Anzug wählen, können schnell auskühlen und **Unterkühlungszeichen** zeigen. Ein zu dicker Anzug hingegen kann zu einem **Temperaturstau** führen, was insbesondere über Wasser zu **Hitzeschäden** führen kann.

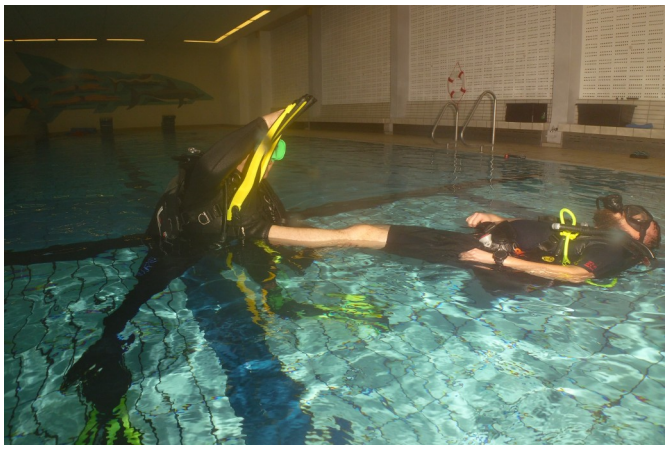
Wir haben uns bisher vor allem mit der **Ausrüstung** beschäftigt. Aber Gefahren gibt es auch, wenn die Ausrüstung bestens gepflegt ist. **Tieftauchgänge** beispielsweise: je tiefer der Tauchgang, desto höher wird der **Atemwiderstand**. Wenn der Atemregler nicht gut eingestellt ist, kann das sofort zu Problemen führen. Ebenso besteht eine erhöhte Gefahr für einen **Dekompressionsunfall**. Deshalb ist es wichtig, seinen Tauchgang **zu planen** und dann auch diesem Plan zu folgen. Der Satz „**Plane deinen Tauchgang und tauche deinen Plan**" ist nicht ohne Grund ein bewährtes Motto. Zusätzlich steigt das Risiko für einen **Tiefenrausch**, was du in deinen bisherigen Kursen oder einem **Deep Special** bereits gelernt hast.

Die **Sicht unter Wasser** stellt oft ein Problem dar. Eine schlechte Sicht erschwert nicht nur das **Buddysystem**, sondern auch das Erkennen von Hindernissen, die zu spät bemerkt werden könnten. Auch die Gefahr, an Hindernissen – sowohl natürlichen als auch künstlichen – hängen zu bleiben, besteht. Daher sollte die Ausrüstung **so dicht wie möglich am Körper** getragen werden. Es ist ebenfalls wichtig, sich mit den **Hindernissen** vor Ort vertraut zu machen, vor allem bei schlechter Sicht. Eine örtliche Orientierung hilft, die besten **Ein- und Ausstiege** zu kennen und auf wichtige Details bei einem Tauchgang zu achten.

Strömungen können ebenfalls zu Problemen führen. Strömungen werden zwar manchmal bei **Drifttauchgängen** genutzt, sie können aber auch ein ernstes Problem oder sogar eine **Lebensgefahr** darstellen, wenn sie unerwartet auftreten. Die bekannteste und gefährlichste Strömung ist die **Rissströmung** – viele Schwimmer verunglücken jedes Jahr aufgrund dieser. Auch **uferparallele Strömungen** oder starke **Rückströmungen** können dem Taucher Probleme bereiten.

Wenn Tauchgänge ohne direkte **Aufstiegsmöglichkeiten** durchgeführt werden (z. B. in **Wracks** oder **Höhlen**), entstehen zusätzliche Gefahren. Das Aufwirbeln von Sedimenten kann den **Ausgang** verdecken, und durch **Nullsicht** kann es zum **Orientierungsverlust** kommen, oder die Luft reicht nicht mehr für den Rückweg.

Viele Unfälle bei Anfängern passieren, weil sie glauben, das Problem unter Wasser nicht beheben zu können. Wie jeder erfahrene Taucher weiß, ist das nicht der Fall. Selbst wenn man beim Tauchgang **husten** oder **erbrechen** muss, ist das kein Grund für einen **Notaufstieg**, ebenso wie bei **Krämpfen**, **Erschöpfung** oder kleineren **Verletzungen**. All das lässt sich normalerweise beheben, und ein **normaler Aufstieg** unter Einhaltung der üblichen Aufstiegsgeschwindigkeit von **10 m/min** ist dann möglich.



© PDA Headquater 2025

Eine andere Situation liegt vor, wenn es zu **Problemen mit dem Druckausgleich** kommt. Wenn du beim Abtauchen Schwierigkeiten hast, weißt du zwar, was du dagegen tun kannst, doch weißt du auch, warum die meisten dieser Probleme entstehen?

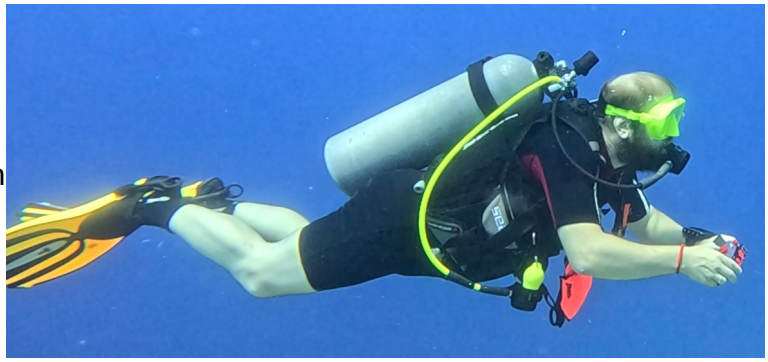
Die meisten Probleme entstehen durch **mangelnde Technik** oder durch zu langes Warten, bevor der **Druckausgleich** durchgeführt wird. Viele Anfänger gehen davon aus, dass der Druckausgleich automatisch funktioniert, sobald der **Anfängerkurs** bestanden ist, und beginnen nicht mehr bei jedem Meter einen **Druckausgleich** durchzuführen. Bei anderen ist die Technik des Druckausgleichs nicht korrekt. Nicht jeder kann den Druckausgleich auf die gleiche Weise durchführen.

Hier sind **Tauchlehrer** gefragt, verschiedene Methoden zu vermitteln, die dabei helfen, einen Druckausgleich korrekt und effektiv durchzuführen.

14. Selbstständigkeit und Partnersystem

Wie jeder weiß, ist **Sporttauchen** ein Partnersport, und aus diesem Grund sollte immer im **Buddysystem** getaucht werden. Warum wird dieses Thema dann jedoch im **Rescue Diver Kurs** nochmals aufgegriffen? Die Antwort darauf ist einfach und klar: Die Praxis zeigt oft eine andere Realität. Es gibt **Solotaucher**, die grundsätzlich allein tauchen. Dann gibt es noch **Tauchlehrer**, die mit Tauchschülern im Wasser sind. Auch diese können nicht erwarten, dass die Schüler ihnen bei Problemen helfen können. Aber egal, warum man allein unterwegs ist, es ist wichtig zu wissen, dass es in **Deutschland keine gesetzlichen Vorschriften zur Tauchausbildung** gibt. Trotzdem haben alle Tauchorganisationen inzwischen mehr oder weniger der Praxis Rechnung getragen und haben das **Solodiver Brevet** bzw. den **Selfreliant Diver** eingeführt.

Dennoch sind wir uns einig, dass **Tauchen im Buddysystem** viele Vorteile bietet, auch wenn die Frage, ob es risikoreicher oder risikoärmer ist, immer wieder kontrovers diskutiert wird. Ein wichtiger Punkt ist unbestritten: Wenn, wie auch die **PDA** empfiehlt, im **Buddysystem** getaucht wird, sollte die **Ausrüstung** entsprechend angeordnet sein.



Ein zentrales Ausrüstungsstück ist der **Octopus**. Taucher weltweit haben sich inzwischen auf die Position des Octopus geeinigt. Wenn ein Taucher in eine **Ohne-Luft-Situation** gerät, darf er nicht nach dem Octopus des Buddys suchen müssen. Der Octopus muss dort zu finden sein, wo man ihn erwarten kann – im Dreieck zwischen **Hals** und **Rippenbögen**. Achte daher bei jedem Tauchgang und Buddycheck darauf, dass der Octopus auch wirklich an dieser Stelle zu finden ist.

Ponyflasche: Ein weiteres Hilfsmittel zur Sicherheit ist die **Ponyflasche** – eine kleine 2-Liter-Flasche, die am **Jacket** befestigt wird und eine eigene erste und zweite Stufe besitzt. Diese

© PDA Headquater 2025

Flasche sorgt dafür, dass bei **Solotauchgängen** eine weitere **Redundanz** geschaffen wird, um im Falle einer leeren Flasche trotzdem einen sicheren Aufstieg und einen Sicherheitsstopp auf 5 Metern durchführen zu können. Sie gibt dem Taucher genügend **Luft**, um eine solche Notfallsituation zu überbrücken.

Ein sehr wichtiger Aspekt beim Tauchen ohne Guide ist die **Erfahrung des Führenden**. Gerade bei Tauchgängen, bei denen keine Führung durch einen Guide erfolgt, muss der **führende Taucher** ausreichend Erfahrung mitbringen. Denn beim Führen eines Tauchgangs kommt schnell die Verantwortung für **Navigation**, das **Beisammenhalten** der Gruppe und das **Achten auf die Tiefe**. Ein Taucher mit nur 20 Tauchgängen ist mit dieser Verantwortung oft überfordert. Aus diesem Grund sollte nach Möglichkeit der **erfahrenste Taucher** den Tauchgang leiten – vor allem dann, wenn es um weniger bekannte Tauchplätze geht. Natürlich gehört auch eine umfassende **Tauchgangsplanung** dazu. Diese sollte unter anderem den **Notfallplan**, die **Notwendigkeit der Ausrüstung** und die **Einteilung der Buddyteams** beinhalten. Es kann auch notwendig sein, im Vorfeld Informationen über **Flaschenfüllstationen**, **Tauchgenehmigungen**, **Verpflegung** oder auch **Toilettenmöglichkeiten** zu sammeln.

Vor jedem Tauchgang sollte ein **Briefing** durch den Gruppenführer stattfinden. In diesem Briefing sollten folgende Punkte behandelt werden:

- **Organisatorisches** (z.B. Treffpunkt, Ausrüstung)
- **Informationen über den Tauchplatz**
- **Ablauf des Tauchgangs**
- **Buddyteams** (wer taucht mit wem)
- **Notwendige Handzeichen**
- **Notfallplan**

Wichtige Notfallszenarien sollten im Briefing ebenfalls angesprochen werden, angepasst an das Ausbildungsniveau der einzelnen Taucher. Diese Szenarien beinhalten das **Verhalten beim Verlust des Tauchpartners**, das **Verhalten bei wenig oder ohne Luft** sowie das **Verhalten bei einer Oktopusatmung**. Auch wenn jeder Taucher diese Übungen beherrschen sollte, ist es sinnvoll, sie vor dem Tauchgang noch einmal durchzugehen.

Ein weiterer wichtiger Punkt ist das **Verhalten als Buddyteam**. Natürlich hat jeder Taucher zu Beginn seiner Ausbildung gelernt, dass Buddys eng beieinanderbleiben sollten. Doch die Praxis zeigt leider oft das Gegenteil. Deswegen sollte auch beim Briefing nochmals betont werden, dass **eng beieinander bleiben** und **zusammenarbeiten** unerlässlich sind.

Ein weiterer Tipp ist der **Buddycheck**, der viele Probleme bei Tauchgängen verhindern kann. Viele der Probleme, die durch **Ausrüstungsfehler** entstehen, lassen sich durch einen sorgfältigen **Buddycheck** im Vorfeld vermeiden. Dabei fällt oft auf, wenn etwas mit der Ausrüstung nicht stimmt, und man kann es vor dem Tauchgang beheben. Auch die Absprache über die **Bleimenge** ist besonders wichtig. Gerade Anfänger haben oft Probleme mit der richtigen Bleimenge. Obwohl das Bestimmen der richtigen Menge nicht immer populär ist, ist es

© PDA Headquater 2025

doch notwendig, besonders wenn bei fast leerer Flasche ein **Sicherheitsstopp** auf 5 Metern durchgeführt werden soll.

Zusammengefasst: Der **Buddycheck**, die richtige **Ausrüstungsanordnung**, die **Erfahrung des Führenden** und das gründliche **Briefing** sind entscheidend, um Tauchgänge sicher und erfolgreich zu gestalten.

15. Dekompressionskrankheit und Tauchverletzungen

Die **Dekompressionskrankheit (DCS)** wurde bereits im **OWD** (Open Water Diver) und **AOWD** (Advanced Open Water Diver) Kursen angesprochen, aber es ist wichtig, das Thema nochmals zu vertiefen, da es eine zentrale Rolle bei der **Sicherheit** von Tauchern spielt.

Unser Körper besteht zu einem großen Teil aus **Flüssigkeit**, was beim Tauchen eine wichtige Rolle spielt. Wie wir im **OWD** gelernt haben, atmen wir beim Tauchen **Gase** ein, die unter **Umgebungsdruck** stehen. Dieser Druck führt dazu, dass der Körper Gase aufnimmt und in den verschiedenen Geweben speichert. Dieser Vorgang wird als **Aufsättigung** bezeichnet. Beim Tauchen mit **Luft** oder **Nitrox** ist **Stickstoff** das relevante Gas. **Sauerstoff** hingegen ist in diesem Zusammenhang weniger problematisch, da der Körper diesen verbraucht.

Aufsättigung:

Die **Aufsättigung** mit Stickstoff beginnt beim **Abtauchen** und setzt sich fort, je tiefer und länger wir tauchen. Sobald wir wieder den **Aufstieg** zur Oberfläche beginnen, sinkt der **Umgebungsdruck**. Der im Körper gespeicherte Stickstoff will nun wieder entweichen und verlässt die Gewebe, um in die **Blutbahn** zu gelangen, von wo aus er in die **Lunge** transportiert wird, um abgeatmet zu werden.

Entsättigung oder Dekompression:

Dieser Vorgang, bei dem der Stickstoff aus den Geweben entweicht und über die Lunge abgeatmet wird, nennt sich **Entsättigung** oder **Dekompression**. Je größer jedoch die **Druckdifferenz** zwischen der Tiefe und der Oberfläche, desto schneller verlässt der Stickstoff die Gewebe. Dies kann jedoch auch Risiken mit sich bringen, insbesondere wenn der Stickstoff zu schnell aus den Geweben entweicht. Wenn die **Entsättigung** nicht kontrolliert abläuft, kann es zu einer unkontrollierten **Ausgasung** des Stickstoffs kommen.

Dekompressionskrankheit:

Wenn der Stickstoff nicht gleichmäßig und kontrolliert aus den Geweben entweicht, können sich **Stickstoffblasen** in den **Blutgefäßen** bilden. Diese Blasen können die Blutgefäße verstopfen und die Blutzirkulation behindern, was zu schwerwiegenden gesundheitlichen Problemen führen kann. Dieser Zustand wird als **Dekompressionskrankheit** bezeichnet. Die Symptome der

© PDA Headquater 2025

Dekompressionskrankheit können von **Schmerzen in den Gelenken**, **Schwindel**, **Atemnot**, bis hin zu **Lähmungen** und in extremen Fällen sogar zum **Tod** führen.

Risikofaktoren:
Die Wahrscheinlichkeit, an einer Dekompressionskrankheit zu erkranken, hängt von verschiedenen Faktoren ab, darunter:

- **Tiefe des Tauchgangs**
- **Dauer des Tauchgangs**
- **Aufstiegsgeschwindigkeit**
- **Wiederholungstauchgänge** (mehrere Tauchgänge hintereinander erhöhen das Risiko)
- **Unzureichende Dekompression** (wenn der Aufstieg zu schnell erfolgt oder kein Sicherheitsstopp durchgeführt wird)

Prävention:
Um das Risiko einer Dekompressionskrankheit zu minimieren, sind mehrere Maßnahmen wichtig:

- **Langsame Aufstiege:** Der Aufstieg sollte kontrolliert und in einer angemessenen Geschwindigkeit (normalerweise 9-10 Meter pro Minute) erfolgen.
- **Sicherheitsstopp:** Ein **Sicherheitsstopp** bei **3-5 Metern** für **3-5 Minuten** kann helfen, den Stickstoff aus den Geweben kontrolliert abzugeben und das Risiko einer Dekompressionskrankheit zu senken.
- **Tauchtabellen und -computer:** Diese helfen dabei, die maximal empfohlene Tiefe und Zeit für einen sicheren Tauchgang zu bestimmen und unterstützen bei der Planung von Aufstiegen.
- **Dekompressionsstopps:** Für tiefere oder längere Tauchgänge sind spezifische **Dekompressionsstopps** erforderlich, um den Stickstoff sicher und kontrolliert abzuführen.

15.1. Anzeichen und Symptome der Dekompressionskrankheit

Die **Dekompressionskrankheit (DCS)** wird in zwei Typen unterteilt:

15.1.1. DCS I (Typ 1) – Leichtere Symptome:

- **Hautjucken** (auch als "Taucherflöhe" bekannt)
- **Veränderungen des Hautbildes**
- **Ermattung und Müdigkeit**
- **Gelenkschmerzen**
- **Übelkeit und Erbrechen**

15.1.2. DCS II (Typ 2) – Schwerwiegendere Symptome:

- **Neurologische Symptome** (z. B. Taubheitsgefühl, Kribbeln)

© PDA Headquater 2025

- **Gehörverlust**
- **Erblinden**
- **Sprachprobleme**
- **Lähmungen**
- **Querschnittlähmung** (steigend im Verlauf)
- **Atemlähmung**
- **Tod**

Die ersten Symptome einer Dekompressionskrankheit können zwischen **5 und 20 Minuten** nach dem Tauchgang auftreten, aber die maximalen Auswirkungen können auch bis zu **6 Stunden** nach dem Tauchgang sichtbar werden.

15.2. Prävention der Dekompressionskrankheit:

Um das Risiko der Dekompressionskrankheit zu verringern, sind folgende präventive Maßnahmen wichtig:

- **Innerhalb der Nullzeit tauchen**: Die Nullzeit ist die maximal empfohlene Zeit, die du auf einer bestimmten Tiefe verbringen kannst, ohne eine Dekompressionsstopp machen zu müssen.
- **Tauchgrenze beachten**: Halte dich an die empfohlene Tiefengrenze für Sporttauchen (meist 30 Meter).
- **Langsame Aufstiege**: Steige niemals schneller als **10 Meter pro Minute** auf.
- **Sicherheitsstopp durchführen**: Ein **Sicherheitsstopp** (normalerweise bei 5 Metern) von mindestens **3-5 Minuten** ist entscheidend für die Dekompression.
- **Vor dem Tauchen ausreichend Wasser trinken**: Dehydrierung kann das Risiko einer Dekompressionskrankheit erhöhen.

15.3. Maßnahmen bei einer Dekompressionskrankheit:

Sollte es zu einer Dekompressionskrankheit kommen, sind die Maßnahmen für den **Ersthelfer** begrenzt. Die wichtigste Maßnahme ist:

- **Sauerstoffgabe:** Eine sofortige **Sauerstoffgabe** ist wichtig, wenn der Notfallkoffer vorhanden ist. Sauerstoff kann über eine **Atemmaske mit konstantem Flow** verabreicht werden.

Die **Rekompression** (also die Behandlung der Dekompressionskrankheit unter Druck) ist nicht Aufgabe des Tauchers. Heutzutage wird die Rekompression nur noch in speziellen **Druckkammern** durchgeführt, unter **ärztlicher Aufsicht**, mit der Möglichkeit zur Überwachung von **Herz** und **Kreislauf**, **Medikamentengabe** oder **Reanimation**, falls nötig.

15.3. Weitere mögliche Tauchverletzungen:

1. Vergiftungen durch Meerestiere: Meerestiere greifen normalerweise nicht an, sondern verteidigen sich. Die Gifte, die von bestimmten Tieren wie Quallen oder Steinfischen abgegeben

© PDA Headquater 2025

werden, sind häufig **Eiweißgifte**, die sehr schmerzhaft und in seltenen Fällen sogar **tödlich** sein können. Symptome umfassen starke **Schmerzen**, **Schwellungen** und **Verfärbungen** der betroffenen Extremität.

Erste-Hilfe-Maßnahme: Tauche die betroffene Extremität sofort in **heißes Wasser** (ca. 50 °C), um das Gift zu zerstören. Achte darauf, dass die betroffene Person bei **Verfärbungen der Haut** und **Fieber** sofort in ein Krankenhaus gebracht wird.

2. Barotraumen: Ein **Barotrauma** entsteht, wenn der Körper, insbesondere die **Ohren**, aufgrund von Druckveränderungen beim Abtauchen oder Auftauchen zu schnell oder nicht richtig ausgeglichen wird. Dies kann zu Schmerzen und möglichen Schäden an den Ohren führen. Häufige Ursachen sind:

- Zu spätes oder unsachgemäßes Durchführen des **Druckausgleichs**.
- Das Ignorieren von Anzeichen des Barotraumas kann schwerwiegende Folgen haben.

Vorbeugung: Es ist wichtig, die eigenen Grenzen zu kennen und nicht zu versuchen, den **Druckausgleich** zu erzwingen, wenn er nicht funktioniert. Dies ist besonders bei Tauchgängen mit großer Tiefe wichtig.

15.4. Erste Hilfe bei Tauchunfällen:

Ein Erste-Hilfe-Kurs, der auf Tauchen und spezifische Tauchverletzungen ausgerichtet ist, ist äußerst wichtig. Ein solcher Kurs vermittelt:

- Die richtigen **Maßnahmen bei Dekompressionskrankheit**, **Barotrauma**, und **Vergiftungen**.
- Wie man in Notfällen richtig handelt, auch wenn professionelle Hilfe noch nicht verfügbar ist.

Ein weiterer sehr hilfreicher Kurs ist der **Oxygen Provider Kurs**, in dem du lernst, wie man richtig **Sauerstoff verabreicht**, insbesondere bei Tauchunfällen.

Zusätzliche Ressourcen:

Für weiterführendes Wissen zu Tauchunfällen und deren Behandlung können Bücher wie **„Handbuch für Tauchunfälle"** von **John Lippmann** und **Stan Bugg** sehr hilfreich sein. Auch andere Handbücher und Schriften sind eine gute Ressource und sollten immer im Tauchgepäck dabei sein.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass es beim Tauchen wichtig ist, sowohl die präventiven Maßnahmen zu verstehen als auch zu wissen, wie man richtig auf mögliche Notfälle reagiert.

© PDA Headquater 2025

16. Unfallmanagement beim Tauchen

Das Thema **Unfallmanagement** kommt zwar oft erst gegen Ende eines Kurses oder einer Ausbildung, aber es ist eines der wichtigsten Themen, das einen Tauchgang sicherer macht. Egal ob du alleine tauchst, mit einem Buddy oder in einer Gruppe, das Unfallmanagement muss immer Teil der Planung sein.

Der Grund, warum es nicht sofort zu Beginn behandelt wird, ist weniger, weil es unwichtig ist, sondern vielmehr, weil das Verständnis für Notfallmaßnahmen und die Organisation von Tauchgängen in der Praxis nach und nach durch die anderen Themen wächst. **Unfallmanagement** sollte immer in die Planung eines Tauchgangs integriert werden, unabhängig von den spezifischen Gegebenheiten, wie etwa:

- **Tauchplatz** (bekannt oder neu),
- **Tauchtiefe** (Flachbereich oder Tieftauchen),
- **Gruppengröße**.

16.1. Warum ist Unfallmanagement so wichtig?

Unfälle beim Tauchen können in jeder Situation passieren. Sie sind nicht nur auf extreme Tauchgänge oder hohe Tiefen beschränkt. Auch beim gemütlichen Tauchgang in flachem Gewässer können unvorhergesehene Situationen auftreten, die schnelles Handeln erfordern.

Ein **guter Notfallplan** ist daher immer unerlässlich. Besonders, wenn man an einem **neuen Tauchplatz** taucht, sollte ein Notfallplan im Vorfeld erstellt werden. Dieser Notfallplan sollte alle möglichen Szenarien abdecken, die während eines Tauchgangs eintreten können, und die entsprechenden Schritte festlegen, wie man in solchen Fällen reagieren soll.

16.2. Inhalte eines Notfallplans:

Ein Notfallplan sollte, je nach den spezifischen Umständen, so detailliert wie nötig sein. Dennoch gibt es grundlegende Punkte, die immer enthalten sein sollten:

1. **Notfallkontakte**:
    - Wer ist der Ansprechpartner vor Ort (z. B. Tauchplatzleiter, Betreiber des Tauchshops, Rettungskräfte)?
    - Notrufnummern für den Notfall (einschließlich der internationalen Notrufnummern und spezieller Tauchrettungsnummern).

2. **Ort und Zugang**:
    - Eine genaue Beschreibung des Tauchplatzes: **Koordinaten**, Zugangswege, Notausgänge.
    - **Landkarte** oder **Schemata**, wenn nötig, für die schnelle Orientierung im Notfall.

© PDA Headquater 2025

3. **Erste Hilfe und medizinische Versorgung**:
    - Was tun im Falle von **Dekompressionskrankheit**, **Barotrauma**, **Vergiftungen** durch Meerestiere oder anderen häufigen Tauchverletzungen?
    - **Ort des nächsten Krankenhauses oder Druckkammer** (sofern vorhanden), inklusive Telefonnummern und direkter Anfahrt.
    - **Verfügbarkeit von Erste-Hilfe-Ausrüstung** (z. B. Sauerstoff).

4. **Spezifische Notfallmaßnahmen**:
    - **Verhalten bei Ausfällen von Tauchgeräten**: Was tun bei einem **Atemreglerversagen**, einem **Flaschenleck** oder **Luftproblemen**?
    - **Verhalten bei Panik oder Stress im Wasser**: Sofortige Maßnahmen bei einem **verängstigten Buddy** oder einer Person in **Kollapsgefahr**.
    - **Verhalten bei Trennung des Buddy-Teams**: Wie geht man vor, wenn der Tauchpartner verloren geht? Festlegung eines **Suchenotfalls**.

5. **Sicherheitsvorkehrungen**:
    - Wie oft sollte man einen **Buddycheck** durchführen? Achte auf die **Ausrüstung** vor jedem Tauchgang.
    - **Absprachen zum Verhalten bei schwierigen Bedingungen**: Zum Beispiel bei **Sichtverhältnissen**, Strömungen oder **starker See**.

6. **Dekompressionsplanung**:
    - Falls du tiefer tauchst, gibt es eine Planung der **Nullzeit** und der **Dekompressionsstopps**.
    - Sicherheitsvorkehrungen, falls der Tauchgang länger dauert als geplant und eine **Dekompressionskrankheit** eintritt.

7. **Tauchgangsleitung**:
    - Der erfahrenste Taucher sollte die **Führung des Tauchgangs** übernehmen. Dieser sollte den **Tauchgangsplan** mit allen Beteiligten besprechen und sicherstellen, dass alle Tauchpartner über die Risiken und die Verfahren im Notfall Bescheid wissen.
    - **Briefing und Debriefing** vor und nach jedem Tauchgang sind ebenso wichtig wie die Notfallplanung. **Sicherheit geht vor!**

16.3. Wichtige Vorbereitungen für das Unfallmanagement:

1. **Vorbereitung auf den Notfall**:
    - Regelmäßige **Übungen** für den Notfall: Es ist sinnvoll, regelmäßig Notfälle zu simulieren und die verschiedenen Maßnahmen zu üben, um im Ernstfall richtig und schnell zu reagieren.

© PDA Headquater 2025

- **Erste Hilfe Kurse**: Ein spezieller Erste-Hilfe-Kurs für Taucher ist besonders zu empfehlen, um schnell und gezielt auf Tauchunfälle reagieren zu können.

2. **Dokumentation des Tauchgangs**:
   - Es ist hilfreich, immer **Dokumentationen** über die Tauchgänge zu führen, einschließlich:
     - Datum,
     - Dauer des Tauchgangs,
     - Tiefe,
     - Besonderheiten des Tauchgangs,
     - Das Wetter, die Sicht und die Strömung.

3. **Kommunikation und Koordination**:
   - Bei Gruppen-Tauchgängen muss eine **gute Kommunikation** gewährleistet sein. Dazu gehört, dass jeder Taucher weiß, welche Maßnahmen im Notfall zu ergreifen sind und wie man sich gegenseitig unterstützt.

Ein gut durchdachter Notfallplan und regelmäßige Vorbereitung sind entscheidend, um im Fall eines Unfalls richtig reagieren zu können. Auch wenn das Thema oft erst später behandelt wird, ist es eines der **wichtigsten Elemente** der Tauchplanung, das Leben retten kann.

© PDA Headquater 2025

16.4. Notfallplan und Vorgehen bei einem Tauchunfall

Tauchplatz:	Rißkiessee Laupheim
Namen der Tauchteilnehmer und Qualifikation	Karlheinz Blichmann (Rescue Diver) Gabi Blichmann (Rescue Diver) Günter Knoflicek (Instructor)
Nächstes Telefon:	- Telefon am Seebistro - Handy der Tauchteilnehmer
Notfallausrüstung:	- Notfallsauerstoff bei der Tauchausrüstung durch G. Knoflicek
Notarzt/URD:	112 über alle Telefone Bei Anruf folgende Angaben machen ✓ Eigener Name ✓ Anzahl der Opfer ✓ Ob Opfer geborgen oder noch unter Wasser ✓ Unfallort (siehe Tauchplatz) ✓ Unfallzeitpunkt ✓ Tauchtiefe ✓ Tauchzeit ✓ Eingeleitete Sofortmaßnahmen ✓ Rückrufnummer (z.B.) Handynummer eines Tauchers vor Ort ✓ **Auf Rückfragen der Leitstelle warten (Nur diese beendet das Gespräch)**
Krankenhaus:	Alle Krankenhäuser Ulm
Druckkammer:	DCS1 in Stuttgart 0711 / 851032 HBO Zentrum Stuttgart 112 BWK Ulm 0731 / 171-0 HBO-Zentrum Ulm 0731 / 9329320 Druckkammerzentrum Freiburg 0761 / 382018
Einstiegsstelle	Siehe Seite 2 Eintrag in der Karte

© PDA Headquater 2025

Anfahrt:



Laupheim Mitte

- ✓ 1. Kreisverkehr rechts unter der Schnellstraße durch
- ✓ 2. Kreisverkehr gerade aus (Gartencenter)
- ✓ nächste Ampel rechts
- ✓ nächster Kreisverkehr in Richtung Untersulmetingen fahren. (Feuerwehr)

-Aus dem Ort raus, vor Brücke einfach links in den Feldweg abbiegen.

-Bistro „Splash" ist angeschrieben

© PDA Headquater 2025

Einstiegsstelle



© PDA Headquater 2025

Im vorherigen Notfallplan wurde bereits die Notfallausrüstung erwähnt, die möglichst bei jedem Tauchgang – selbst bei scheinbar unspektakulären – mitgeführt werden sollte. Dabei ist es auch wichtig, daran zu denken, dass diese Ausrüstung für **alle Taucher zugänglich** sein muss. Sollte nur eine Person den Schlüssel zur Ausrüstung haben und diese Person verunglücken oder noch unter Wasser sein – etwa weil sie die Notsituation nicht mitbekommen hat oder gerade einen anderen Tauchgang macht –, ist dies natürlich nicht hilfreich.

Wenn es dennoch zu einem Tauchunfall kommt, gibt es eine strukturierte Vorgehensweise, die helfen kann, den Vorfall zu bewältigen. Ein **strukturiertes Vorgehen** hilft dabei, nichts zu vergessen und eine optimale Versorgung des Verunfallten sicherzustellen.

1. **Unfallgeschehen bewerten:** Zuallererst muss der Unfallhergang bewertet werden.

2. **Helfer bestimmen und beauftragen:** Im nächsten Schritt sind die einzelnen Helfer zu benennen und ihnen ihre Aufgaben zuzuweisen. Wer die Verantwortung für die Versorgung und Betreuung des Verunfallten übernimmt, muss auch dafür sorgen, dass klar zugewiesene Aufgaben erledigt werden. Es ist nicht hilfreich, in die Runde zu fragen: „Kann bitte jemand den Rettungsdienst einweisen?", da in der Regel kaum jemand auf solch eine allgemeine Bitte reagiert. Besser ist es, Personen direkt anzusprechen und zu beauftragen. Man muss nicht alles selbst tun.

3. **Aufgaben verteilen:** Hilfreich ist es, die Aufgaben unter den Helfern zu verteilen, sodass man selbst beim Verunfallten bleiben kann, um eine lückenlose Übergabe an das Fachpersonal zu gewährleisten.

Als Verantwortlicher sollte man sich immer überlegen, welche Maßnahmen man ergreift und umsetzt – und diese auch begründen können. Dabei geht es nicht darum, sich rechtlich abzusichern, sondern darum, die Maßnahmen nachvollziehbar und vertretbar zu treffen. Auf dieser Basis kann die Behandlung des Verunfallten fortgeführt werden. Es ist wichtig, dabei andere mit einzubeziehen und möglichst schnell den **Notruf abzusetzen** (lassen).

Notruf absetzen

Wie man einen Notruf in Deutschland absetzt, sollte jeder Taucher wissen. Dank Handys ist das heutzutage auch relativ einfach, da der Notruf in den meisten Fällen direkt am See abgesetzt werden kann. Innerhalb der EU ist die **Notrufnummer 112** einheitlich. Außerhalb der EU kann sie abweichen, lässt sich jedoch mit kurzer **Internetrecherche** für das jeweilige Land schnell herausfinden.

Interessant wird es vor allem bei **Bootsausfahrten**, wenn der **Skipper** betroffen ist und zur Tauchergruppe gehört. In diesem Fall bleibt oft nur das **Funkgerät** an Bord. Hier sollte jeder wissen, dass das weltweit gültige **Notrufsignal „Mayday"** ist. Wichtig wäre es auch, die **Position** des Tauchgangs zu kennen, um den Helfern die genaue **Position** des Vorfalls angeben zu können. Bei Bootsausfahrten kommt es immer wieder vor, dass ein **Rettungshubschrauber** den Verunfallten aufnimmt. Dabei muss darauf geachtet werden, dass man den Anweisungen des Rettungspersonals Folge leistet. Es kann sich am **Korbbereich** des Hubschraubers statische Elektrizität bilden, was zu einem **Überschlag** führen kann. Dies kommt jedoch nur selten vor,

© PDA Headquater 2025

vor allem bei **Landeinsätzen**. Hier wird der Hubschrauber so nah wie möglich an den Unfallort landen.

Wichtige Informationen für den Rettungsdienst

Unabhängig davon, woher die Hilfe kommt, ist es wichtig, dass alle relevanten Informationen zum Unfallfall weitergegeben werden. Besonders im Ausland sollte dies, wenn möglich, auf **Englisch** erfolgen, damit es mitgenommen werden kann. Aber auch im deutschsprachigen Raum ist es wichtig, **alle Details** zu notieren. Dazu gehören:

- **Unfallhergang**
- **Rettungsablauf** (einschließlich etwaiger Probleme)
- **Erste-Hilfe-Maßnahmen**
- **Zeiten** der durchgeführten Maßnahmen
- **Sonstige wichtige Informationen**

Dabei sollte stets darauf geachtet werden, **keine Wertungen** vorzunehmen, sondern die Ereignisse **objektiv** zu dokumentieren. Diese Informationen sollten dann auch an den **Hauptsitz von PDA** in **Ketsch** weitergegeben werden. Jeder Tauchunfall ist einer zu viel. Durch die **Auswertung** der Tauchunfalldetails können zukünftige **Ausbildungsstandards** verbessert und angepasst werden.

Normen und Sicherheitsstandards

Da die Verbände durch die **RSTC (Recreational Scuba Training Council)** die Standards abstimmen und einige Ausbildungen mit den Mindeststandards **genormt** sind, können Unfalldokumentationen dazu beitragen, diese Normen zu überarbeiten und anzupassen. Es ist zwar nicht unbedingt erforderlich, die Normen zu kennen, aber es kann interessant sein, einen Überblick über die genormten **Kurse** zu erhalten.

Kurse wie der **AOWD (Advanced Open Water Diver)**, der **Rescue Diver** und alle **Specialty-Kurse** sind nicht genormt und können von jedem Verband nach eigenen Kriterien gestaltet werden. Entsprechend wird die Qualität der Tauchausbildung unterschiedlich eingeschätzt. Dies hat direkte Auswirkungen auf das **Notfallmanagement**, denn es ist wichtig, sich vorab ein Bild von den **Taucherfähigkeiten** der Teilnehmer zu machen. Ein Beispiel: Man kann die Ausrüstung der Taucher im Vorfeld überprüfen, um sicherzustellen, dass sie korrekt zusammengebaut ist.

Normen im Tauchsport: Die folgenden Normen sind im Tauchsport anerkannt und betreffen die verschiedenen Ausbildungsstufen:

- **EN 14153-1 / ISO 24801-1**: Schnuppertauchen
- **EN 14153-2 / ISO 24801-2**: Open Water Diver (OWD)
- **EN 14153-3 / ISO 24801-3**: Divemaster
- **EN 14413-1 / ISO 24802-1**: Assistant Instructor
- **EN 14413-2 / ISO 24802-2**: Instructor

© PDA Headquater 2025

Informationen an die PDA Zentrale in Ketsch

Im Falle eines Tauchunfalls werden alle relevanten Informationen an die Zentrale von **PDA in Ketsch** übermittelt. Diese Zentrale gibt die Daten dann an Organisationen wie **Aquamed** und **DAN** weiter. Diese Organisationen führen die Statistiken und Bewertungen durch und setzen sich mit den medizinischen Fachleuten auseinander, die die **medizinischen Folgen** (einschließlich möglicher **Langzeitfolgen**) des Unfalls bewerten. Diese Ergebnisse werden dann in die entsprechenden **Statistiken** aufgenommen.

Tauchunfälle in den USA

Wer in den USA taucht, sollte sich bewusst sein, dass es dort eine **besondere Regelung für Tauchunfälle** gibt. Während in vielen anderen Ländern Tauchunfälle nicht verpflichtend gemeldet werden müssen, schreibt die **US-Coast Guard** vor, dass Tauchunfälle innerhalb von **24 Stunden schriftlich** gemeldet werden müssen. Diese Regelung gilt insbesondere dann, wenn der Taucher nicht mit einer **Tauchbasis** taucht, sondern **selbstständig** unterwegs ist. Es ist wichtig, diese Vorschrift zu kennen, um im Falle eines Unfalls richtig zu handeln.

Erste-Hilfe-Maßnahmen und rechtliche Aspekte

Bei allem, was hier beschrieben wurde, ist es entscheidend, den **gesunden Menschenverstand** zu bewahren. Das verringert das Risiko, eine **Pflichtverletzung** zu begehen. In Deutschland ist die **Pflicht zur Ersten Hilfe gesetzlich vorgeschrieben**, aber gleichzeitig ist der **Ersthelfer** durch das Gesetz geschützt, sollte bei der Ersten Hilfe etwas schiefgehen.

Ein sehr wichtiger **Merksatz** dazu lautet:

„Man kann bei der Ersten Hilfe nichts falsch machen, außer man tut es nicht!“

Vorbereitung auf Notfälle

Wenn man sich als Taucher regelmäßig fortbildet, die **Erste-Hilfe-Kenntnisse auffrischt**, beim Tauchen verschiedene **Szenarien übt** (z. B. Regulator und Octopus tauschen, das Ventil greifen usw.), und sich vor jedem Tauchgang vergewissert, dass alle notwendigen **Ausrüstungsgegenstände** dabei sind (einschließlich Notfallkoffer, Ersatzteile, Telefon usw.), wird man auch in einer **unwahrscheinlichen** Notfallsituation gut vorbereitet sein. So ist man für alles gerüstet, selbst wenn ein Tauchunfall tatsächlich eintreten sollte.

© PDA Headquater 2025