



#MotivationMonday

Von Toni Spangenberg

Dir geht's sicher genau wie mir. Die Woche bis Freitag zieht sich wie Kaugummi. Dann blinzle ich kurz, und plötzlich ist wieder Montag. Das Wochenende war mal wieder viel zu kurz. Und der Sonntag ist für die Tonne, weil ich mich da mental auf die neue Woche vorbereite - immer wieder dasselbe nervige Spiel.

Wenn ich montags ins Büro komme und in die Gesichter meiner Kollegen schaue, weiß ich: Denen geht's genauso. Tatsächlich schleppen sich 85 Prozent aller Arbeitnehmer montags mit schlechter Stimmung an die Arbeit. Das steht in der Studie „Arbeitsmotivation“ der ManpowerGroup. 8 Uhr morgens - quasi mitten in der Nacht - vom Wecker aus dem Schlaf gerissen zu werden, ist echt brutal. Und dann muss ich auch noch aufstehen, raus aus dem kuschlig-warmen Bett, rein in den kalten Alltag. Ein Albtraum!

Damit ich montags an der Arbeit trotzdem keine Fresse wie drei Tage Regenwetter ziehe, hilft mir Musik. Raus aus dem Bett, Music auf Play. Schwups regeneriert sich meine Motivations-Batterie. Dazu ein ausgiebiges Frühstück, eine Tasse Tee, und ich zeige dem Montagsfrust den Mittelfinger. So wird mein Wochenstart zum #MotivationMonday.

EINEN TAG MIT NOTFALLSANITÄTERN UNTERWEGS

Wenn du ständig mit dem Schlimmsten rechnen musst

Elf-Stunden-Schichten, Arbeit rund um die Uhr - der Job eines Notfallsanitäters ist alles andere als ein Klacks. Er verlangt dir einiges ab, körperlich und psychisch. Du musst jede Sekunde damit rechnen, dass ein Einsatz reinkommt. Dann heißt es schnell sein. move36 hat hinter die Kulissen geblickt, die Malteser Sabrina Schmid und Anja Zaplata einen Tag lang bei ihrer Arbeit begleitet - und move36-Reporter Toni ist zum ersten Mal mit Blaulicht durch die Stadt gedüst.

Text und Fotos: Toni Spangenberg

Anja Zaplata (links) und Sabrina Schmid (rechts) entführen mich in den Arbeitsalltag eines Notfallsanitäters.





„Tödlicher Frontalcrash auf der B 254 zwischen Fulda und Großenlüder“: So lautet die Schlagzeile eines verheerenden Verkehrsunfalls am 13. Dezember 2017, mitten in der Adventszeit. Eine 45 Jahre alte Frau prallt mit ihrem Pkw mit einem entgegenkommenden Auto auf der B254 zusammen. Sie kommt ums Leben – vor den Augen ihres elfjährigen Sohnes. Eine Tragödie, die jedem nahegeht. Die Helfer vor Ort, die Notfallsanitäter, müssen tagtäglich mit schweren Schicksalen umgehen. 2017 wurden die Malteser im Kreis Fulda zu insgesamt 6653 Einsätzen gerufen. Natürlich ist nicht jeder Einsatz ein Unfall und nicht jeder Unfall tödlich. Doch es sind mögliche Ereignisse, mit denen jeder Notfallsanitäter ständig rechnen muss.

6653 Einsätze in 2017

Ihr bis heute schlimmster Einsatz ist Sabrina Schmid noch gut im Gedächtnis. Die 25-jährige Notfallsanitäterin aus Petersberg ist seit 2011 bei den Maltesern. Sie berichtet von einer jungen Mutter mit drei Kindern. „Die Frau musste reanimiert werden. Stundenlang haben wir alles gegeben. Trotzdem ist sie gestorben. Das ist schon ein hartes Stück Brot.“ Trotzdem sind solche Fälle die Ausnahme, wie Sabrina erklärt. Aber welche Fälle sind dann die Regel? Und was macht ein Notfallsanitäter, wenn er nicht gerade zu einem Unfall gerufen wird? Zusammen mit Sabrina und der 19-jährigen

Rettungssanitäterin und FSJlerin Anja Zaplata aus Fulda erlebte ich einen Tag mit verschiedensten Einsätzen.

Bevor's losgeht, brauche ich das passende Outfit. Also kurz in die Umkleide der Petersberger Rettungswache, Pullover, Jacke, Hose und Schuhe der Malteser überstreifen, fertig. Jetzt sehe ich aus wie ein waschechter Notfallsanitäter. Es ist kurz nach 9 ▶

Wer nicht fit ist, hat verloren. Als Notfallsanitäter brauchst du Kraft in den Armen und Beinen.



Uhr. Da klingelt auch schon das Telefon. Die Leitstelle ist dran. Eine Patientin mit unklarer Schwellung im Gesicht. Ist die Frau gestürzt? „Das schauen wir uns vor Ort an und sehen dann weiter“, erklärt Anja. Wir haben jetzt genau eine Minute Zeit, denn im Ernstfall zählt jede Sekunde. Dann müssen wir im Rettungswagen (RTW) sitzen, und es geht los. Unser Ziel: Steinau bei Petersberg. Zügig kommen wir bei der Patientin an. Klar, mit Navi kein Problem. Das System ist aber keine Garantie dafür, das Ziel wirklich zu erreichen. „Falls wir unseren Einsatzort so nicht finden, hilft die Leitstelle“, sagt Anja. „Die Kollegen können uns orten und dann lotsen.“

Beim Patienten angekommen, schnappen sich Sabrina und Anja routiniert zwei Taschen voller Ausrüstung – vom Blutdruckmessgerät bis zum mobilen EKG. „Immerhin weiß man nie so genau, was einen erwartet. Da müssen wir auf alles vorbereitet sein“, erklärt Sabrina. Die Patientin an diesem Vormittag ist um die 80 und bettlägerig. Von ihrem Krankenbett aus blickt sie direkt Richtung Fernseher. Der Ofen verwandelt das kleine Wohnzimmer in einen tropisch-warmen Ort. Auf der Schrankwand und an den Wänden sehen wir Dutzende Familienfotos, die bessere Zeiten erahnen lassen. Die Frau

hat tatsächlich eine tennisballgroße Schwellung im Gesicht. Sabrina analysiert die Situation und entscheidet ruhig und mit kühlem Kopf: „Ab ins Krankenhaus.“ Die zwei Notfallsanitäterinnen helfen der Frau auf die Trage und bringen sie sicher in den RTW. Anja gibt der Leitstelle alle Details durch. Die setzt sich mit dem Klinikum in Verbindung. „Die Kollegen in der Klinik sind dann darauf vorbereitet, dass wir kommen. Wir stehen ständig in Kontakt mit der Leitstelle.“ Ein Notarzt



Eine 91-jährige muss mit Verdacht auf einen Schlaganfall ins Fuldaer Klinikum. Vorher wird sie von Anja und Sabrina untersucht.



Bei Schlaganfällen zählt jede Sekunde. Deshalb geht es für die 91-jährige nach der Untersuchung sofort mit Blaulicht ins Krankenhaus.

ist nicht mit dabei. Sollte es der Einsatz erfordern, wird der separat von der Leitstelle alarmiert. „Wir haben aber auch die Möglichkeit, selbst ein NEF (Notarzteinsatzfahrzeug) anzufordern“, erklärt mir Sabrina.

Mein erster Einsatz, drei weitere sollten folgen. Ich frage mich: Warum wurde eigentlich unser Team zu der Frau mit der Schwellung gerufen? „Die Leitstelle sieht genau, welcher RTW am schnellsten da ist. Der wird dann angefordert. Darüber hinaus hat jeder ein primäres Einsatzgebiet“, erklärt mir Anja. Viel Zeit für Erklärungen bleibt allerdings nicht. Es ist kurz vor halb elf. Die Leitstelle meldet sich. Eine dehydrierte Person muss ins Herz-Jesu-Krankenhaus gebracht werden. Die 96-jährige Künzellerin isst und trinkt kaum noch. In ihrer Wohnung angekommen, schnallen sie Anja und Sabrina auf einen Rollstuhl. Ihre Tasche für die Zeit im Krankenhaus steht gepackt bereit. Die Malteserinnen tragen sie durchs Treppenhaus bis in

den Krankenwagen. Der Arm- und Beinmuskulatur der beiden wird dabei alles abverlangt. Für Anja kein Problem. Sie hält sich fit, geht regelmäßig ins Fitnessstudio und klettern. Auch Sabrina treibt Sport, wandert, fährt Rad und Ski. „Es ist schon ratsam, sich fit zu halten, allerdings keine Pflicht“, erklärt Sabrina. Bevor wir fahren,

bittet uns die offensichtlich über 70-jährige Tochter, die die Malteser gerufen hat, gut auf ihre Mutter aufzupassen. „Sie ist meine kostbarste Fracht. Ich habe doch nur eine Mutter.“ Im Herz-Jesu-Krankenhaus angekommen, heißt es für die 96-jährige warten. Die Notaufnahme ist voll. Wir fahren zurück in die Petersberger Rettungswache.



13:15 Uhr: Der nächste Einsatz steht an - eine Person mit Verdacht auf Schlaganfall. Die Hausärztin hat die Malteser alarmiert. Ihre 91-jährige Patientin kann kaum noch sprechen. Ihr ist schwindelig. Noch können die Ärzte helfen. Denn nach einem Schlaganfall bleibt ein Zeitfenster von vier Stunden, um Hirnareale zu retten, wie mir Sabrina erklärt. Die Patientin sitzt am Tisch ihrer kleinen Küche. Ihre Hausärztin klärt Sabrina an der Küchentheke stehend über den

Stark dehydriert wartet eine 96-jährige Künzellerin auf ihre Behandlung. Das kann dauern, denn die Notaufnahme im Herz-Jesu-Krankenhaus ist voll.

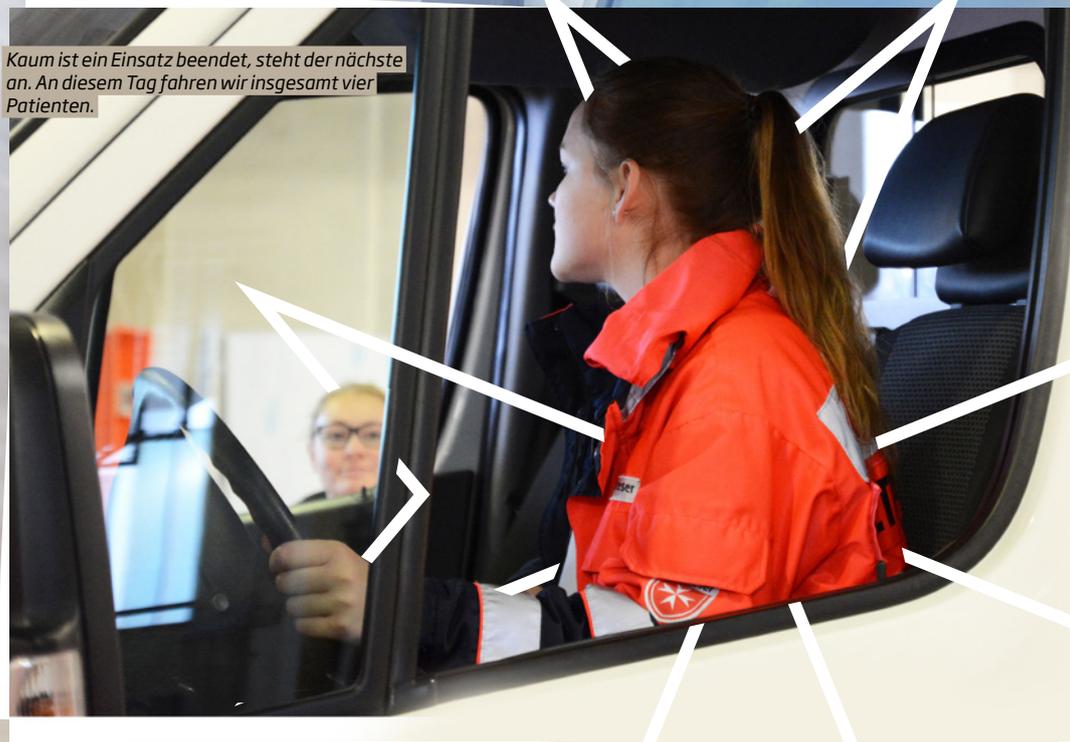


Gesundheitszustand der 91-jährigen auf. Es ist stickig, die Luft verbraucht, die Küche viel zu klein für so viele Menschen. So nehme zumindest ich die Situation wahr. „Den Geruch habe ich schon gar nicht mehr bemerkt. Da sind wir deutlich Schlimmeres gewöhnt“, meint Sabrina. Im Rettungswagen angekommen, messen Anja und sie zunächst den Blutzuckerspiegel und die Körpertemperatur der 91-jährigen. Dann geht es mit Blaulicht ins Klinikum Fulda. Jede Minute zählt. Allerdings rasen wir nicht mit Tempo 100 durch die Stadt. „Das Blaulicht brauchen wir in erster Linie, um auch an roten Ampeln nicht halten zu müssen. Wichtig ist, dass wir nicht jedes Schlagloch mitnehmen, sondern den Patienten schonen“, erklärt Anja. „Dass wir wegen Schlaganfällen gerufen werden, kommt relativ häufig vor. Ich würde sagen, das zählt zu den Top-10“, weiß Sabrina. Dabei ist die 91-jährige sicher eine der schwierigeren Patienten. In solchen Ausnahmesituationen reagieren Patienten manchmal seltsam. Für die Seniorin war zum Beispiel wichtig, dass alle Rollos unten sind und die Wohnung abgeschlossen ist, bevor sie ins Krankenhaus kommt. Bei dem Versuch, den beiden Sanitäterinnen das klarzumachen, wirkte die ältere Frau gereizt und aggressiv. Anja und Sabrina blieben ruhig und gelassen.

Dass Patienten gewalttätig werden, komme kaum vor, sagt Sabrina. „Einmal hat eine an Demenz erkrankte Oma um sich geschlagen. Aber der kannst du nicht böse sein. Die kann ja nichts dafür, das ist die Krankheit.“ Vor über einem halben Jahr ist die 25-jährige jedoch von Jugendlichen angegangen wurden. „Wir sind zu einer Party gerufen worden. Einer hat ziemlich stark geblutet, weil er sich mit einer Glasscherbe verletzt hat. Als wir dem helfen wollten, rief er: ‚Ich bring euch um.‘ Wir haben dann auf die Polizei gewartet, denn der Eigenschutz steht immer an erster Stelle.“ Dieser Einsatz hat Sabrina noch tagelang beschäftigt. „Ich hab mich gefragt, wieso jemand so etwas sagt. Da musste ich erst

mal schlucken.“ Zuletzt kam es in der Silvesternacht 2017 bundesweit zu Angriffen auf Rettungskräfte und Polizisten. Frank Ulrich Montgomery, Chef der Bundesärztekammer kritisierte daraufhin die zunehmende Verrohung einiger Patienten und Angehöriger gegenüber medizinischem Personal.

Kaum ist ein Einsatz beendet, steht der nächste an. An diesem Tag fahren wir insgesamt vier Patienten.



Unser letzter Einsatz an diesem Tag beginnt gegen 16:30 Uhr. Ein 82-jähriger muss vom Krankenhaus zurück nach Hause gebracht werden. Lungenprobleme hielten ihn mehrere Wochen im Klinikum fest. Als wir mit ihm in seiner Rhöner Heimat ankommen, strahlt der Mann über beide Ohren, kann es kaum erwarten, seine Familie wieder in die Arme zu schließen. Er klingelt auch gar nicht erst, sondern schnappt sich den Ersatzschlüssel und schließt selbst auf. Anja und Sabrina ist er unheimlich dankbar. „Solche Einsätze sind die schönsten. Da merkt man, dass man geholfen hat und der Patient glücklich ist“, freut sich Anja. Sabrina ergänzt: „Du bekommst so viel Liebe. Der Notfallsanitäter ist ein wirklich dankbarer Beruf.“

Mittlerweile ist es dunkel. Es schneit. Für mich ist der Elf-Stunden-Tag bei den Notfallsanitätern von den Maltesern gegen 19 Uhr zu Ende - ein ruhiger Tag für Anja und Sabrina, die zu keiner Zeit einen gestressten oder überforderten Eindruck machten. Zu einem Unfall wurden wir heute nicht gerufen. Aber ist das nicht die Hauptaufgabe von Notfallsanitätern? „Das ist ein Trugschluss. Du liest ja auch nicht täglich in der Zeitung von Verkehrsunfällen“, erklärt Sabrina. Stimmt. Ich



Deine Ausbildung zum Notfallsanitäter

Neben den Maltesern bilden dich auch das DRK und andere Hilfsorganisationen aus.

Dein Gehalt als Notfallsanitäter bei den Maltesern regeln die arbeitsvertraglichen Richtlinien der Caritas. Als Azubi verdienst du im ersten Lehrjahr 975 Euro im Monat, im zweiten 1037 und im dritten 1138 Euro. Dazu gibt's 30 Tage Urlaub pro Jahr. Dein Grundgehalt nach der Ausbildung unterscheidet sich je nach Arbeitgeber (kommunal oder privat) und Arbeitsort. Laut ausbildung.de schwankt es zwischen 2460 und 2797 Euro brutto.

Bevor du dich bewirbst, solltest du mindestens einen Realschulabschluss haben.

Während deiner Ausbildung wechseln sich theoretischer und praktischer Unterricht blockweise ab. Praxis gewinnst du in den Malteser Rettungsdienstschulen, den Malteser Rettungswachen und Krankenhäusern.

Weiterbildung und Aufstiegschancen: Zusatzausbildungen zum staatlich geprüften Desinfektor, Organisatorischen Einsatzleiter Rettungsdienst, Praxisanleiter Notfallsanitäter, Rettungswachenleiter, Bereichsleiter, Medizinprodukteverantwortlicher.

Mehr Infos zur Ausbildung zum Notfallsanitäter bei den Maltesern findest du hier: on.move36.de/7ae6.



Die Notfallsanitäter werden meist zu älteren Patienten gerufen. Einige müssen im Rollstuhl oder auf einer Trage transportiert werden.

erfahre, dass die meisten häusliche Einsätze sind, in der Regel bei älteren Menschen. „Mit denen ist es auch einfacher. Die sagen, was ihnen fehlt. Elf Monate alte Babys schreien nur. Da kannst du dann gucken, was sie haben. Das ist anspruchsvoller.“ Was letztlich aus den Patienten wird, erfahren sie nicht.

Sabrina hat Spaß an ihrem Job. Allerdings ist er nur eine Etappe auf dem Weg zu einem größeren Ziel. „Mein großer Traum ist es, irgendwann Medizin zu studieren.“ Das könnte sich auch Anja vorstellen. Bei ihr steht aber erst die Ausbildung zur Notfallsanitäterin im Vordergrund. Diesen Sommer geht's los. Für mich geht es dagegen wieder zurück an den Schreibtisch.



Ein 82-jähriger aus der Rhön wird an diesem Tag aus dem Krankenhaus entlassen. Er wurde wegen Problemen mit seiner Lunge behandelt.