

Mit Rettungsbrett und Boje: Uta Krauß (l.) und Jana Billert sind seit 2017 am Froser See nahe Aschersleben für Badegäste da



# Wir wollen **Leben** retten

**K**lar und klein ist er, der Froser See in Sachsen-Anhalt. Gerade mal 400 Meter im Durchmesser, überschaubar also. Und doch sitzen an einem sehr heißen Sonnabend im August zwei Rettungsschwimmerinnen freiwillig, ehrenamtlich und unbezahlt auf einer schlichten Erhöhung mit Zeltdach, um hier Menschen vor dem Ertrinken zu retten – nicht vergleichbar mit den Wachtürmen an den Stränden der Ost- und Nordsee, die immer einen Hauch von „Baywatch“ versprühen. Ihrer Leidenschaft tut der unpräzise Rahmen aber keinen Abbruch.

**Die meisten Menschen** – mehr Männer als Frauen – ertrinken in Seen, Teichen oder Flüssen, nicht in den Wellen der Nord- oder Ostsee (2020 bisher 10). Nach Angaben der Deutschen Lebens-Rettungs-Gesellschaft (DLRG) passieren 80 Prozent der

Rund 200 Menschen sind in diesem Badesommer bisher ertrunken, 90 Prozent davon in Seen und Flüssen. SUPERillu traf **RettungsschwimmerInnen**

Unfälle dort, wo es keine Aufsicht gibt. Gut also, wenn sich öffentliche oder private Träger eines Freigewässers für die Absicherung durch Wasserretter

entscheiden. Bundesweit werden fast 6000 Badestellen von den großen Organisationen DLRG und Wasserwacht des Deutschen Roten Kreuzes (DRK) beauf-



Nach der Arbeit und im Urlaub... Uta Krauß (l.) und Jana Billert behalten im Sommer zwischen 300 und 600 Leute im Blick

sichtigt. Der Froser See im Harzer Seenland ist eins von 34 Freigewässern, die der Arbeiter-Samariter-Bund (ASB) bewacht.

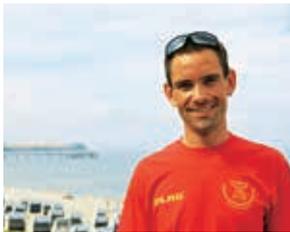
**Uta Krauß, 54,** und Jana Billert, 44, sind zwei von 845 RettungsschwimmerInnen der Hilfsorganisation. Beide Frauen entschlossen sich 2017, bei der Wasserrettung mitzumachen. „Meine Kinder sind groß genug, da habe ich wieder mehr Zeit für mich“, sagt Jana Billert und widmet „ihre Zeit“ anderen. Die Zahnmedizinische Fachangestellte bereitete sich über Monate an vier Abenden pro Woche auf die Prüfung vor, eignete sich „Fertigkeiten zur Vermeidung von Umklammerungen sowie zur Befreiung aus der Halsumklammerung von hinten“ an. Sportlehrerin Uta Krauß, Mutter zweier erwachsener Kinder, intensivierte das Training, das Rettungsschwimmerabzeichen in Silber hatte sie von Berufswegen schon. Auch ihr Mann ist inzwischen Wasserretter.

FOTOS: SUPERillu/Yorck Maecke (4), Dennis Gilbert/DLRG Boltenhagen

Drei bis fünf Minuten dauert es, bis ein Menschertrinkt. Rettungsschwimmern bleibt nicht viel Zeit, selbst bei der kleinen Fläche des Froser Sees ist Eile geboten. Verkürzt wird dieses Zeitfenster durch den Umstand, dass Ertrinkende schon nach kurzer Zeit in Panik geraten. Diese Phase müssen Retter abwarten, um sich nicht selbst in Lebensgefahr zu bringen, erklärt Uta Krauß.

**Einmal in der Woche** trainieren die Frauen im Wasser: zwei Stunden, 30 Bahnen, Kraulen, Brustschwimmen, Rückenlage ohne Armtätigkeit. Mindestens drei Einsätze pro Woche am Strand kommen dazu. Sie sind auf alles vorbereitet, auch wenn es meist „nur“ erschöpfte Personen sind, die mit Boje ans Ufer begleitet werden müssen. „Wir holen Kinder zurück, die auf der Luftmatratze abtreiben, ermahnen junge Stand-up-Paddler, eine Schwimmweste anzulegen.“ Hinzu kommen viele Einsätze an Land, Schnitt- und Schürfwunden, Kreislaufprobleme... Die meisten Rettungsschwimmer sind auch ausgebildete Sanitäter. „Wahrscheinlich habe ich ein Helfersyndrom“, sagt Uta Krauß augenzwinkernd über die Motivation für ihr zeitintensives Ehrenamt.

**Szenenwechsel.** Am vier Kilometer langen Strand von Boltenhagen ist Dennis Gilbert aus Gießen im freiwilligen Einsatz für die DLRG, die deutschlandweit über rund 48850 Rettungsschwimmer verfügt. Der Systemingenieur verbringt seit elf Jahren seinen Jahresurlaub an der mecklenburgischen Küste, drei Wochen sind es diesmal. „Ich sehne die Zeit immer



**An der Ostsee im Einsatz**  
Dennis Gilbert aus Gießen verbringt seinen Jahresurlaub als Rettungsschwimmer am Strand von Boltenhagen

herbei. Aus ganz Deutschland kommen wir her, es ist wie ein Familientreffen“, schwärmt der 30-Jährige.

**Wenige Tage** vor unserem Gespräch ist Gilbert an einem der nach eigener Aussage größten Wasserrettungseinsätze der Station Boltenhagen der letzten Jahre beteiligt gewesen. Über Stunden suchten Rettungsschwimmer, Kräfte von Seenotrettung, Polizei und Feuerwehr mit Booten und Hubschrauber nach

einer vermisst gemeldeten Person. Ergebnislos, erzählt Dennis Gilbert. „Nach einem schweren Einsatz denke ich darüber nach, was dahinterstecken könnte, klar. Aber wenn ich anfangen zu überlegen, ob die Person Familie hatte und so was, dann belaste ich mich zu sehr selbst. Lieber sage ich mir: Wir haben unser Bestes getan.“

**Neben Faktoren wie** Alkohol, Leichtsinn und Selbstüberschätzung seien Auslöser für Badeunfälle oft Kinder, die ihren Schwimmtieren hinterherrennen, oder Eltern, die ihren Kindern hinterhereilen. Zwischen fünf und zehn Mal rückte Gilbert in den vergangenen 14 Tagen mit dem Boot aus, weil es schnell gehen musste. Für die 200 Meter bis zur Boje brauchen auch geübte Schwimmer zwei, drei Minuten. „Bis wir da sind, sind wir auch immer auf die Hilfe anderer Badegäste angewiesen“, sagt der Mann, der in seinem Urlaub Leben

rettet. **Christiane Fenske**



Für die Versorgung an Land haben Rettungsschwimmer u. a. Material zur Beatmung und zum Absaugen der Atemwege dabei

# REIZDARM? Gelsectan®

Gel-Schutz.<sup>1</sup>  
Schnell.<sup>2</sup> Zuverlässig.<sup>3</sup>



1. Innovativer Gel-Schutz.<sup>1</sup>
2. Wirkt zuverlässig innerhalb sechs Stunden.<sup>2,3</sup>
3. Bei Reizdarmsymptomatik wie Durchfall, Blähungen, Schmerzen.<sup>3</sup>

**KLINGE  
PHARMA**

Gemeinsam für Gesundheit.

<sup>1</sup> Piqué N et al.: Xyloglucan, a Plant Polymer with Barrier Protective Properties. Int. J. Mol. Sci. 2018; 19, 673  
<sup>2</sup> Gnessi L et al.: Xyloglucan for the treatment of acute diarrhoea. BMC Gastroent 2015; 15, 153  
<sup>3</sup> Trifan A et al.: Efficacy and safety of Gelsectan. UEG J 2019

Gelsectan®, Medizinprodukt Kl. IIa, CE 0476.  
Hersteller: Devintec SAGL, Via Berna 9, 6900 Lugano, Schweiz. Vertreiber Deutschland: Klinge Pharma GmbH, 83607 Holzkirchen, Deutschland, Stand: Rev.01-02.  
Bitte lesen Sie aufmerksam die Gebrauchsanweisung.

[www.gelsectan.de](http://www.gelsectan.de)