

---

**News-Archiv Verkehr bis 2007**

**Rettungsassistenten fit am Steuer**

*26. April 2007*



Rettungswagen im Einsatz

**DLR-Trainingsprojekt gegen Müdigkeit**

Wach sein am Steuer wird von jedem Kraftfahrer gefordert. Von Rettungsassistenten, die Tag und Nacht Menschen unter schwierigen Bedingungen zu transportieren haben, wird in besonderer Weise erwartet, dass sie fit und ausgeschlafen sind. Dazu kann ein Alertness-Management-Training (engl. "Alertness" = Wachheit) beitragen.



Wach-am-Steuer-Training

In einem Projekt der Arbeitsgruppe Verkehrssicherheit des Instituts für Luft- und Raumfahrtmedizin des Deutschen Zentrums für Luft- und Raumfahrt (DLR) wurden Rettungsassistenten des DRK Kreisverband Siegen-Wittgenstein e.V. mit Einsatzgebieten im Kreis Siegen-Wittgenstein geschult. Sie erlernten Strategien, die zu einem besseren eigenverantwortlichen Umgang mit Müdigkeit führen.

Das Wach-am-Steuer-Training wurde in zwei Gruppen von acht bzw. zehn DRK-Rettungsassistenten durchgeführt und umfasste eine Reihe unterschiedlicher Maßnahmen: Schlaf- und Müdigkeitstagebücher wurden geführt, Actiwatches - also Monitoring-Systeme für Schlaf- und Wachzyklen - wurden am Handgelenk getragen und schließlich Fragebögen zur Überprüfung der Wirksamkeit des Trainings ausgefüllt. Damit sollen Sicherheit, Leistungsfähigkeit und Gesundheit der Mitarbeiter des Rettungsdienstes erhöht und das Unfallrisiko gesenkt werden.

#### **Kontakt**

##### **Cordula Tegen**

Deutsches Zentrum für Luft- und Raumfahrt (DLR)

Kommunikation

Tel: +49 2203 601-3876

Fax: +49 2203 601-3249

E-Mail: Cordula.Tegen@dlr.de

---

*Kontaktdaten für Bild- und Videoanfragen sowie Informationen zu den DLR-Nutzungsbedingungen finden Sie im Impressum der Website des DLR.*