

sich bis heute ehrenamtlich engagieren, durch Ausbildung für die Sicherheit aller Bürgerinnen und Bürger unseres Landes beizutragen, und sich stets neuen Anforderungen gestellt haben. Ergänzt werden sie durch Pflicht-, Berufs- und Werkfeuerwehren.

Vor 150 Jahren schlossen sich die ersten Feuerwehren zu einem Verband zusammen, um gemeinsame Interessen zu vertreten und Erfahrungen auszutauschen. Daraus entstand der Landesfeuerwehrverband Schleswig-Holstein, dessen Jubiläum wir in diesem Jahr gefeiert haben.

Karl-Heinz Mücke  
Chronist des Landesfeuerwehrverbandes Schleswig-Holstein & Ehrenwehrlführer der Freiwilligen Feuerwehr Kronshagen

Fotos: Archiv LFV SH

## Die Feuerwehren und das Einsatzmittel Mensch

Stefan Jenke, LFV SH, Fachleiter Fitness



Die Feuerwehren entwickeln sich immer weiter. Sie passen sich ihrer Umwelt und den daraus entstehenden Gefahren immer weiter an. Haben vor 100 Jahren noch die Feuerwehren in Schleswig-Holstein mit einer Löschkette, mit Ledereimern große Brände gelöscht, so kommt heute, dank der Investitionen der Kommunen, ein modernes HLF oder ähnliche Fahrzeuge zum Einsatzort.

### Was ist anders als damals ....

Damals wurden die Feuerwehrleute mit der Kirchenglocke oder mit einer geblasenen Fanfare aus dem Schlaf geweckt. Hektik kam auf, alle mussten so schnell wie möglich zum Einsatzort. Der Puls geht hoch, die Stresshormone werden in den Körper gespült und machen die Einsatzkraft hellwach und aufmerksam. Grundsätzlich ist das nicht anders als heute. Am Einsatzort mit dem vorhandenen Löschgerät, angekommen, gab es Führungskräfte, die den Einsatz koordiniert haben. Sie hatten verschiedene Gruppen zur Verfügung. Es gab die Leitergruppe, die die Rettung übernahm, die Gruppe für die Wasserversorgung, usw. Das richtige Anleiten, der richtige Umgang mit der

Löschkette, all dies wurde vorher lange geübt und konnte von der Einsatzkraft im Einsatz gut abgerufen werden. Damals bestanden die Feuerwehren i.d.R. aus Handwerkern, also Zimmerern, Maurern, Schuhmachern usw. Alles Berufe, die Geschicklichkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer von einem Menschen abverlangen. Grundsätzlich ist das nicht anders als heute...

Nach dem hoffentlich gelungenen Einsatz saßen die Feuerwehrleute noch gemütlich zusammen und sprachen über den Einsatz. Sie besprachen neue Taktiken, eine bessere, effektivere Zusammenarbeit und wenn etwas „Schreckliches“ passiert ist, wurde auch darüber in ihrem Kreise gesprochen. Grundsätzlich ist auch das nicht anders als heute....

### ...aber was ist denn nun anders?

Wir haben eine wesentlich verbesserte Löschtechnik, Fahrzeuge, die teilweise von Computertechnik unterstützt werden, helfen, Einsätze noch besser und effektiver abzuarbeiten. Der Schutz der Einsatzkräfte hat sich extrem erhöht. Unsere Kleidung zeigt nicht nur, dass wir Feuerwehrleute sind, sondern sie schützt uns vor unterschiedlichen Gefahren. Die Feuerwehren bestehen allerdings heute insbesondere aus Arbeitnehmern, die ihren Arbeitsplatz am Schreibtisch verbringen. Geschicklichkeit, Koordination, Kraft und Ausdauer werden an diesem Arbeitsplatz nicht so extrem in Anspruch genommen. Hier kommt ein alter, aber doch vom Inhalt richtiger Spruch zum Tragen: „Wer rastet, der rostet“.

### Was können wir tun?

Die Technik, die unsere Arbeit unterstützt, wird immer ausgefeilter, doch die Arbeiten

der Einsatzkraft erfordern immer noch viel Koordination, Kraft und Ausdauer. Arbeiten in ergonomisch ungünstiger Position, zum Beispiel wenn ein verunfallter Kraftfahrer gerettet werden muss, das Arbeiten unter Hitze und mit extremem Gewicht auf dem Rücken, beim sog. Innenangriff, wenn ein Atemschutzträger sich im Gebäude bewegt, oder die Ausdauer, wenn man die Vegetationsbrände mit Schaufel und anderen Einsatzmitteln bekämpft. Unser Körper reagiert auf alles, aber er reagiert halt nur, wenn man selber etwas tut.

Wenn man gerne mehr Kraft haben möchte, muss der Körper trainiert werden, die Reaktion erfolgt meist schnell durch z.B. einem Muskelkater. Aber der Körper reagiert. Er steigert seine Muskelkraft, denn er sagt sich, wenn „Du“ nochmal so viel Kraft von „mir“ abforderst, dann habe ich die Kraft, die „Du“ brauchst.

Eigentlich perfekt, diese Reaktion des Körpers, aber leider funktioniert das auch umgekehrt. Wenn der Körper über lange Zeit die Kraft nicht abrufen kann, wird die Muskelkraft reduziert. Evolutionstechnisch perfekt, denn mit nicht so großen Muskeln verringert sich auch der Energiebedarf des Körpers. Doch heute haben wir Energie, (Kohlenhydrate, Fette, usw.) im Übermaß. Wir nehmen, obwohl der Körper dies nicht unbedingt braucht, mehr Energie auf als wir verbrauchen. Auch hier hat die Evolution des Menschen eine geniale Antwort für den Körper gefunden. Er speichert diese Energie, umgewandelt in Fetten, im Körper. Quasi der Speicher für die schlechten Zeiten...

Im Brandschutzgesetz steht: **„Eine Einsatzkraft muss geistig und körperlich geeignet sein ...“**

In den Schulen fällt mitunter der Sportunterricht aus, am Arbeitsplatz werden Koordination, Kraft und Ausdauer nicht unbedingt abgerufen, aber die Einsatzkräfte benötigen dringend diese Fähigkeiten, siehe Brandschutzgesetz.

Geeignet sein heißt engl. to be fit.

Genial wäre, wenn sich Einsatzkräfte zusammen auf einen Einsatz vorbereiten,