

## **Messerabwehr 3.0 Messerangriffe überleben DVD**

2 (die Zahlen sind dann die Menüpunkte) Wie man einen Messerangriff überlebt:

Immer Abstand halten. Abstand ist der Nummer Eins Lebensretter

Immer auf die Hände des Aggressors achten

Hilfsmittel einsetzen

Erste Hilfe leisten und Selbstkontrolle nach jedem Kampf

Meist kommt der Angriff überraschend, du wirst unbewaffnet kämpfen müssen,

### **Die statistische Realität** Nach Patrice Bonnafoux

Zu 71 Prozent hat der Angreifer das Messer in der hinteren Hand.

Zu 80 Prozent versucht der Angreifer dann mit der führenden Hand das Opfer zu greifen

Zu 80 Prozent wird das Messer versteckt und erst unmittelbar vor dem Angriff erkennbar.

70,6 Prozent der Angriffe begannen aus einer Entfernung von unter 90 Zentimetern.

Zu 55 Prozent stürzt das Opfer beim Versuch nach hinten auszuweichen

50 Prozent aller Angriffe dauern 14 Sekunden oder weniger

80 Prozent weniger als 33 Sekunden

Wenn man nur 7 Sekunden durchhält steigt die Wahrscheinlichkeit, dass der Angreifer seinen Angriff abbricht, enorm. Er will nicht erwischt werden.

55,9 Prozent aller Angriffe werden durch die Intervention eines dritten abgebrochen.

Der Angreifer macht ungefähr einen Angriff pro Sekunde.

In der ersten Angriffswelle landet der Angreifer 5 bis 10 Stiche, bevor das Opfer reagiert.

Angreifer benutzen meist kurze, schnelle Stiche aus verschiedenen Winkeln.

59 Prozent benutzen den normalen Griff (Langit), 30 Prozent Eispickelgriff (Pakal). Niemals wechselt der Angreifer die Messerhand, sehr selten den Griff

**Die Realität ist jetzt bekannt.** Sie wurde von Patrice Bonnafoux durch die statistische Auswertung von über 150 echten Messerüberfällen anhand von Videoaufzeichnungen erstellt. Damit haben Vermutungen und viele falsche Vorstellungen ein Ende. Die Abwehr muss sich an den tatsächlich vorkommenden Angriffen orientieren und dafür eine gute oder zumindest akzeptable Lösung bieten.

Eine sehr gute Messerabwehr, die gewährleistet dann man selbst niemals verletzt wird, habe ich bisher nicht gefunden. Dafür empfehle ich das Tragen einer stichsicheren Weste. Auch eine schusssichere Weste gegen Kugeln hält Messerangriffe zu 99 Prozent auf.

**3 Probleme:** Der Angriff kommt überraschend. Der Angreifer sticht mehrmals zu. Der Angreifer hält das Opfer an der Kleidung fest.

### **4 Abstand halten**

Verbale Kommandos geben. Wenn nötig sich am anderen vorbeiziehen und dabei mit Angriff rechnen. Eventuell sich proaktiv verteidigen. Wenn möglich Gleichmacher einsatzbereit machen.

Um ein Hindernis (Auto, Säule, Tisch) herum austanzen. - Schrittarbeit

### **5 Sind die Hände nicht zu sehen**

Immer damit rechnen dass er eine Waffe versteckt. Verbale Kommandos geben. Eventuell sich proaktiv verteidigen. Wenn möglich Gleichmacher einsatzbereit machen.

## **6 Angreifer versucht uns zu Greifen**

Niemals das erlauben. Jede Hand die sich auf uns zubewegt ist ein Angriff und unsere Verteidigung und der Gegenangriff beginnt sofort. Wir haben ihm vorher verbale Kommandos gegeben und sein weiteres Vorgehen ist der Angriff, egal ob mit oder ohne Waffe. Für die meisten Kampfsportler Abwehr von gleichzeitig aussen und finaler Gegenangriff, wer Trapping kennt macht Bong Lap Pak Fak um nach aussen zu kommen.

## **7 Das Messer ist erkennbar und hinten und Angriffsabsicht**

Oft will der Angreifer nur drohen und erlaubt uns den Rückzug. Wenn nicht dann sofort mit hinterem Bein treten, Details des Trittes beachten. Ob Seit- oder Frontkick hängt davon ab, was man mehr geübt hat. Frontkick ist einfacher. Trotzdem zu einer weiteren Abwehr bereit sein. Varianten sind Pak-Gerk, Pak und Adlerkralle, harter Gaan auf Arm.

## **8 Das Messer ist vorne und zu sehen und Angriffsabsicht**

Wenn die Zeit reicht erst Gegenstand werfen und DC Messerabwehr mit Doppelblock und Vorwärtsdruck, Kopfstoss und einfangen. Wenn nicht sofort Doppelblock und Kopfstoss und einfangen. Wichtig ist das Vorwärtsgehen. DC Messerabwehr grundsätzlich mit Helm üben, damit auch der finale Kopfstoss realistisch geübt werden kann. Bei einem deutlich kleinerem Angreifer stattdessen Schulterstoss. Oft ist der Kampf dann schon mit dieser ersten Kombination beendet. Das ist der entscheidende Vorteil der DC Messerabwehr.

Ohne Helm und Kopfstoss geht auch ist aber nicht so sicher. Dann wird der Kopfstoss nur angedeutet oder ganz weggelassen. Manchmal ist aufgrund des Winkels des Angriffes der Kopfstoss nicht möglich, dann aber trotzdem wuchtig am Angreifer aufprallen.

Bei genügend Platz auch nach hinten austanzen und Gleichmacher aufnehmen oder zum Einsatz bringen. Auch dann von ausweichen auf Angriff umschalten.

Erste Übung Doppelblock (im WT: Scherengaan) üben: Vorteil man kann mit der gleichen Bewegung hohe und tiefe und runde und gerade Angriffe abwehren. Es gibt nur von rechts kommend und von links kommend. Mit Partner der das Messer hinter dem Körper wechselt üben. Dann in der Luft oder gegeneinander.

Dann gegen stehenden Angriff mit Einfangen und Kopfstoss und Kniestößen und Wurf und eventuell Entwaffnung. Nach dem Einfangen in den Rücken des Angreifers gehen. Das auch als Soloübung ohne Partner. Das Einfangen ist immer sehr kräftig und eng mit Kontrolle an der Schulter.

Dann mit Angreifer der mehrmals zusticht, auch hoch – tief.

Als Drill zum Üben: Stoptritt, Schere, Kopfstoss und einfangen, Knie. Angreifer reisst sich los, dann ihn wegschubsen und wieder Tritt und sich lösen.

Wenn Messer hoch gefangen wurde und er reisst Messer raus dann sich einrollen um Hals zu schützen.

Ist es nicht möglich, das Messer zu fangen dann wieder lösen und treten oder austanzen. Das ist aber eher etwas, was im Training mit einem Angreifer vorkommt, der diese Abwehr schon kennt.

## **17 Gegen Angriff von oben**

Wenn man das Messer erkannt hat, hat man hier genug Zeit, um einen Stoptritt zu machen. Reicht die Zeit nicht, dann den Doppelblock mit Schere, dann mit der oberen Hand nach unten ableiten. Hier ist der Kopfstoss sehr leicht und passt perfekt zu der Technik. Wer viel geübt hat kann auch eine doppelte Abwehr von zwei mal aussen oder einen Kreuzblock und Vorbeileiten machen. Ist aber eigentlich nicht nötig und wird von uns nur gemacht, weil wir das früher oft so geübt haben.

## **18 Angreifer hat uns gegriffen und sticht**

Auch Doppelblock mit Vorwärtsdruck. Der Arm des Angreifers bricht ein, ist immer zu schwach um uns aufzuhalten. Wir müssen näher ran oder ganz weg kommen. Wegkommen mit 360 Grad Drehung auf die Aussenseite des haltenden Armes.

## **19 Variante dive an drive Pick up**

## **20 Üben gegen Überraschungsangriff, 21 Beispiel dafür**

## **22 Schrittarbeit und Fallschule**

## **23 Man ist gestürzt** Am Boden sich ausrichten und treten

## **25 Gegen Messerbedrohung aus der Distanz**

Bei Raub immer sofort nachgeben und kooperativ sein. Trotzdem mit Angriff rechnen. Abhängig von der Situation auch Gegenangriff.

## **26 Gegenstand werfen und DC Messerabwehr ist das Beste**

## **27 Schwertgriff bei Gelegenheit**

Es gibt drei Würfe: Den Wurf mit Beinstellen, den 4 Courner Wurf, Return to Sender und Kniestoss und Headspin Takedown.

Oder angreifen von oben nach unten: Kopfstoss, Oberarm Beissen, Lösen und Tritt oder Kniestoss, Seitkick aufs Knie, Stich in Oberschenkel, Entwaffnung am Oberschenkel.

## **28 Bei Amoklauf**

## **29 Selbstkontrolle auf Verletzungen**

## **Gegen Messerbedrohung am Körper**

Gefahrenabwägung: Was kann ich verlieren, was gewinnen?

Manche der gezeigten Techniken haben hohe Erfolgswahrscheinlichkeiten, manche sind nicht ganz so sicher. Entführung, Abtransport oder Fesselung auf jeden Fall verhindern.

Falls man schlechte Chancen hat, auf einen günstigen Moment der Ablenkung oder Unaufmerksamkeit des Angreifers warten.

Immer mit verbaler Ablenkung, dann gibt es 100 % Erfolgsquote.

Um wirklich alles zu beherrschen, kann man, wenn die Zeit reicht, alle Techniken gegen Messer in rechter Hand und Messer in linker Hand üben

### **Mit gleichzeitigem Festhalten**

1 Links am Kragen packen, rechts Messer am Hals seitlich

2 Links am Kragen packen, rechts Messer frontal am Hals Klinge nach innen

3 Links am Kragen packen, rechts Messer mit Spitze am Hals

4 Stand Schulter an Schulter nebeneinander, A umarmt von oben, Messer am Bauch

5 wie Nummer 4, aber Messer an Hals oder Brust eng mit Hand am Körper

6 wie Nummer 5, aber Messer mit Spitze an Hals oder Brust und Hand

7 A steht an der Seite, hält den näheren Arm fest, Messer darüber

8 A hält von hinten fest, Messer am Hals, andere Hand hält Oberarm fest

9 Sehr gefährlich. A umarmt mich von hinten mit Unterarm quer über Brust, Messer mit der Spitze am Hals

10 wie 8, aber Messer an der Niere, Drehung oder Wurf als Konter

11 Seltene Variante gegen Nummer 8: Messerhand mit Schulter und Kinn einklemmen

### **Ohne Festhalten**

12 Messer am Bauch

13 Messer vor der Brust – einfach oder mit Entwaffnung

14 Messer am Rücken links mit Konterschlag - Alternative Weglaufen -Drehachse beachten

15 Messer am Rücken rechts mit Konterschlag

## **Erste Hilfe bei Stichverletzungen Kurzfassung:**

Druck auf die Wunde ausüben um den Blutverlust zu verringern oder zu stoppen. Notarzt rufen.

Weiter auf die Wunde drücken. Das kann man auch bei sich selbst machen. Steckt das Messer oder der Gegenstand noch drin, drinlassen. Er verschliesst oft die Wunde. Dann Druck aussenherum anwenden. Auf Notarzt warten. Als Ersthelfer den Verletzten trösten.

## **Sonstiges**

Am allerwichtigsten ist es vom Opfer zum Täter zu werden.

Ziel ist es den Waffenarm zu kontrollieren.

Alternativer Plan ist wie waffenlos zu kämpfen und den Angreifer kampfunfähig machen. Dabei eigene Verletzung ignorieren. Sutemi – Selbstaufgabe.

Kampfvermeidung und Situationswahrnehmung.

Flüchten nur wenn genug Raum, man unverletzt und fit ist. Der Angreifer wird im Regelfall nachlaufen.

Gegenstände werfen

Gleichmacher benutzen

Waffenlose Abwehr ist das letzte Mittel

Nach einer ersten Abwehr eventuell flüchten. Eher nicht weil man dann auswählen muss. Im Kampf auch immer nach einer Fluchtgelegenheit suchen. Oder die Gelegenheit, einen

Gleichmacher aufzunehmen.

Gleichmacher sind: Eisenrohr, Rohr, Stock, Lampe, Stuhl, Rucksack, Aktenkoffer, Handtasche, eingerollte Zeitung, Gürtel, Fahrradschloss, Sturzhelm, Teelichthalter, Blumenvasen (beides im Lokal). Zufällig oder gewohnheitsmässig dabei haben könnte man: Teleskopstock (schlecht), Ratsche, Bambusflöte, Stock, Wasserrwaage, Schraubenzieher, Hammer, Palmstick, Teppichmesser, Metall-Halskette, Langes Metallarmband, Taschenmesser, Pfefferspray (zur Hundabwehr).

Aber man muss damit auch umgehen können, also Waffenkampf (Kali, Escrima, Arnis) lernen.

Dreck, Handy, Schlüssel, Münzen, Pfeffer und Salz (aus einem Lokal) zum werfen und dann angreifen oder flüchten. Das ist eine der besten Methoden bei einem vorhersehbaren Angriff.

# Erste Hilfe bei Messerverletzungen

Verhaltensanweisung von einem meiner Schüler, der Arzt ist. Leider habe ich vergessen zu fragen, ob ich seinen Namen nennen darf, deshalb lasse ich es. Vielen Dank.

## Erste Hilfe bei Messerverletzungen

Nach einem Messerstich wird das Messer selten im Körper stecken gelassen, aber solltest Du jemanden finden, bei dem das Messer noch im Körper steckt, lass es stecken. Rufe sofort den Rettungsdienst (Tel. 112).

Beachte – als erstes sollte immer professionelle medizinische Hilfe geholt werden! Die unten aufgeführten Ratschläge sind nur für Notfallsituationen – suche immer sofort medizinische Hilfe!

Eines der wichtigsten Erste Hilfe –Prinzipien: Beachte den Eigenschutz. Falls möglich, versuche ein zusätzliches Risiko wie die Rückkehr des Angreifers, eine Ansteckung über Blut oder eine Verletzung durch umherliegende Gegenstände zu vermeiden.

Lege nach Möglichkeit den Verletzten hin, damit er nicht plötzlich unkontrolliert kollabiert. Bei großem Blutverlust sollte der Verletzte in die Schocklage mit leicht erhöhten Beinen gebracht werden.

**KLEINE SCHNITTE:** Typischerweise im Bereich der Hand, an Arm oder Bein, vielleicht auch im Gesicht. Decke die Wunde mit einer sterilen Kompresse ab (z.B. aus dem KFZ-Verbandskasten) und appliziere leichten Druck um die Blutung zum Stillstand zu bringen.

**GROSSE SCHNITTE:** Tiefe Schnitte im Bereich einer Extremität oder am Körperstamm. Versuche den Blutfluss zu stoppen, indem du Druck auf die Wunde ausübst, in den allermeisten Fällen ist dies ausreichend. Bei Extremitäten- oder Gesichtsverletzungen hebe eventuell den Wundbereich über Herzhöhe an. Falls dies nicht ausreicht, appliziere Druck direkt auf die Arm- (Oberarm innen) oder Beinarterie (Leistenbereich). Ein Tourniquet (Abbindung der Extremität) sollte nur als absolut letzte Möglichkeit in Betracht gezogen werden (dann mit nicht zu schmaler Manschette, 3 fingerbreit oberhalb der Blutungsquelle anlegen, zudrehen bis Wunde aufhört zu bluten, Zeitpunkt der Anlage notieren).

**GROSSE BRUSTWUNDEN:** Ein Messerstich in die Lunge kann eine saugende Brustkorbwunde verursachen. Wenn die verletzte Person einatmet, gibt es ein saugendes oder zischendes Geräusch. Die Brustkorbhöhle ist nicht mehr geschlossen, bei der Einatmung kann Luft von außen durch die Wunde in den Brustkorb eindringen. Dies verursacht ein Zusammenfallen der Lunge. Beginne die Wunde abzudecken. Versuche nicht, die Wunde zu reinigen. Decke die Wunde mit luftdichtem Material ab, z.B. Aluminiumfolie, Plastikfolie o.ä., ev. ist auch eine Kreditkarte möglich. Die Seiten dieser Auflage sollten mindestens 5 cm größer als die Wundränder sein. Befestige diese Auflage an 3 Seiten der Wunde, während die 4. Seite unverklebt bleibt. Wenn der Verletzte ausatmet, dringt Luft durch die Wunde von innen nach außen und kann durch die offene Seite der Auflage entweichen. Wenn der Verletzte einatmet, legt sich die Auflage auf die Wunde und verhindert ein Eindringen von Luft. Drehe den Patienten auf die verletzte Lungenseite während du auf Hilfe wartest.

**GROSSE BAUCHWUNDEN:** Lege die verletzte Person auf den Rücken, die Knie angezogen mit einer Rolle (z.B. zusammengerollte Jacke) unter den Knien, um die Bauchdecke zu entspannen. Entferne die Kleidung im Bereich der Wunde, außer die Kleidung klebt an der Wunde fest. Verbinde mit einer sterilen Kompresse (z.B. aus dem KFZ-Verbandskasten). Eventuell durch die Wunde austretende Darmteile nicht durch die Wunde zurückschieben. Beachte: Gebe der verletzten Person nichts zu essen oder zu trinken (die Lippen könne befeuchtet werden). Sofort medizinische Hilfe holen. Überprüfe den Verletzten auf weitere Verletzungen.

**WENN DER RETTUNGSDIENST EINTRIFFT:** Wenn du der erste Zeuge warst, stelle dich als Zeuge für die Polizei zur Verfügung. Hilfe den Rettungsassistenten, indem du den Unfallhergang und deine Beobachtungen an dem Verletzten schilderst. Mache sobald wie möglich Notizen über das Geschehene – dies hilft der Polizei und zeitnahe Notizen sind eine der wichtigsten Beweisformen.