

**ein Leben  
retten**



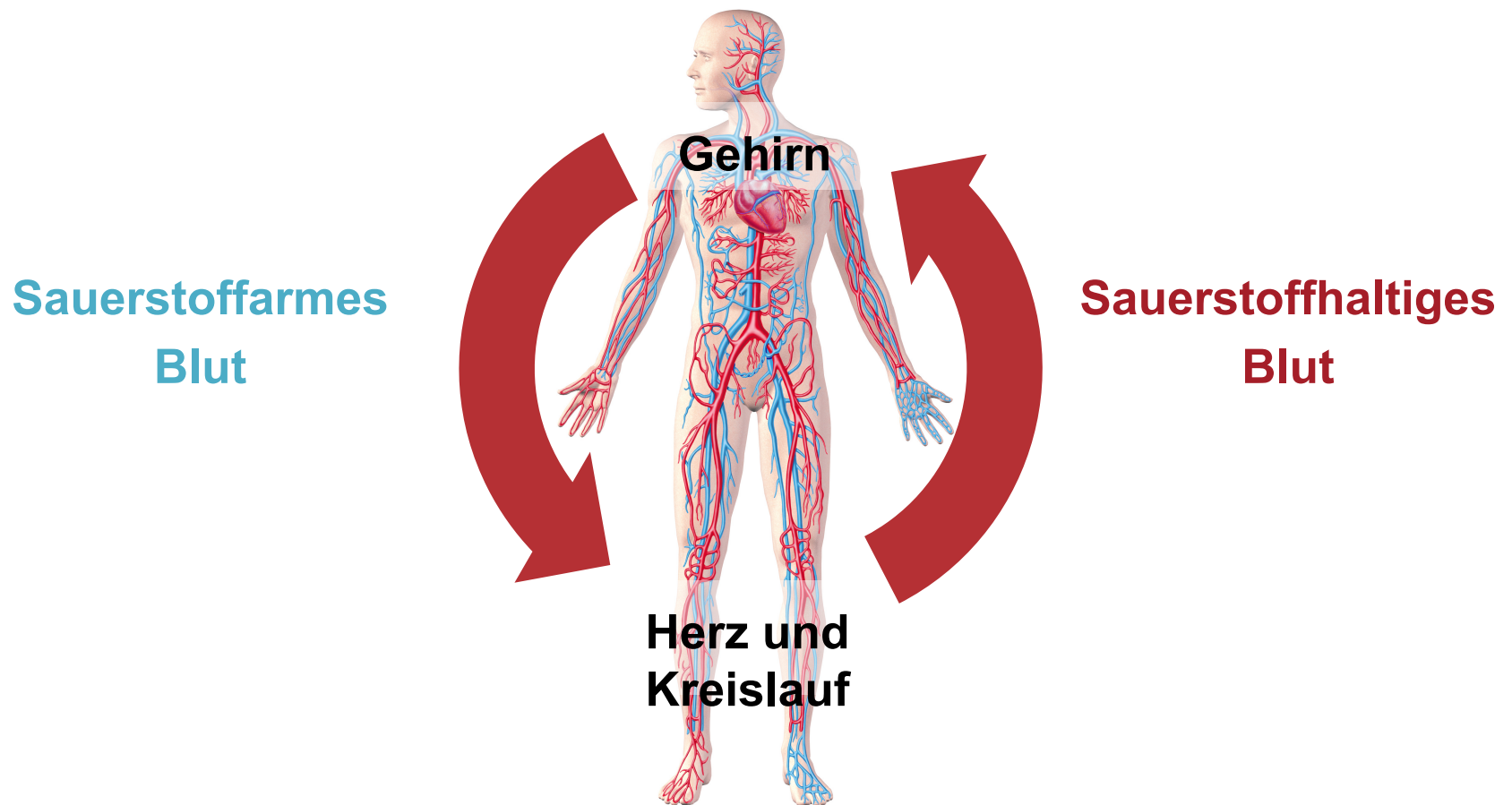
**Wiederbelebung  
für Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter  
von Betrieben und Unternehmen**

- ♥ Grundverständnis Kreislauf
- ♥ Grundverständnis Kreislaufstillstand
- ♥ Erkennen des Kreislaufstillstandes
- ♥ Aktivieren von Hilfe
- ♥ Strukturierte Alarmierung des Rettungsdienstes
- ♥ Verständnis & effektive Durchführung der Herzdruckmassage

**Nach dieser Unterrichtung wissen Sie:**

- ♥ **Warum ein Herz-Kreislaufstillstand für den Menschen gefährlich & schädlich ist.**
- ♥ **Wie Sie einen Herz-Kreislaufstillstand erkennen können.**
- ♥ **Wie Sie einem Menschen mit Herz-Kreislaufstillstand helfen & ein Leben retten können !**

## Warum brauchen wir Menschen einen Kreislauf?



# Warum kommt es zu einem Herz-Kreislaufstillstand?

ein Leben  
**retten**

100 Pro   
reanimation

## Herzerkrankungen:

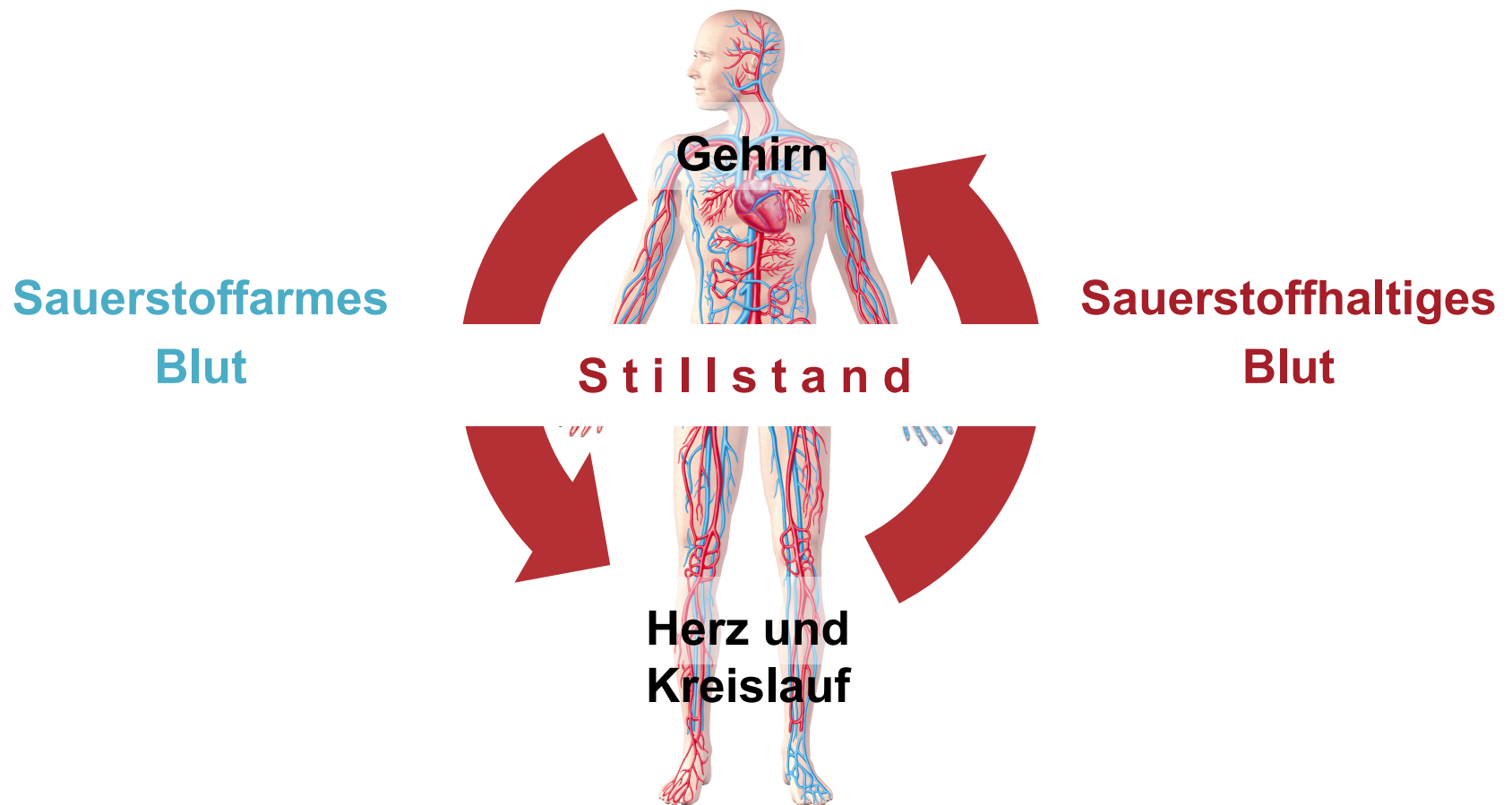
### ♥ **Störung des Herz-Rhythmus**

Das Herz gerät aus dem Takt.

### ♥ **Störung der Herz-Durchblutung**

Das Herz schlägt unregelmäßig nicht mehr kräftig genug.

# Warum brauchen wir Menschen einen Kreislauf?



## Der Herz-Kreislaufstillstand ...

ein Leben  
**retten**

100 Pro   
reanimation

 ... jeden Tag in Deutschland – 250 Opfer!

 ... in  $\frac{3}{4}$  der Fälle sind eigene Angehörige betroffen!

## Warum ist ein Herz-Kreislaufstillstand gefährlich?

**Jede Zelle** im Körper kann nur überleben, solange sie **Sauerstoff** bekommt.

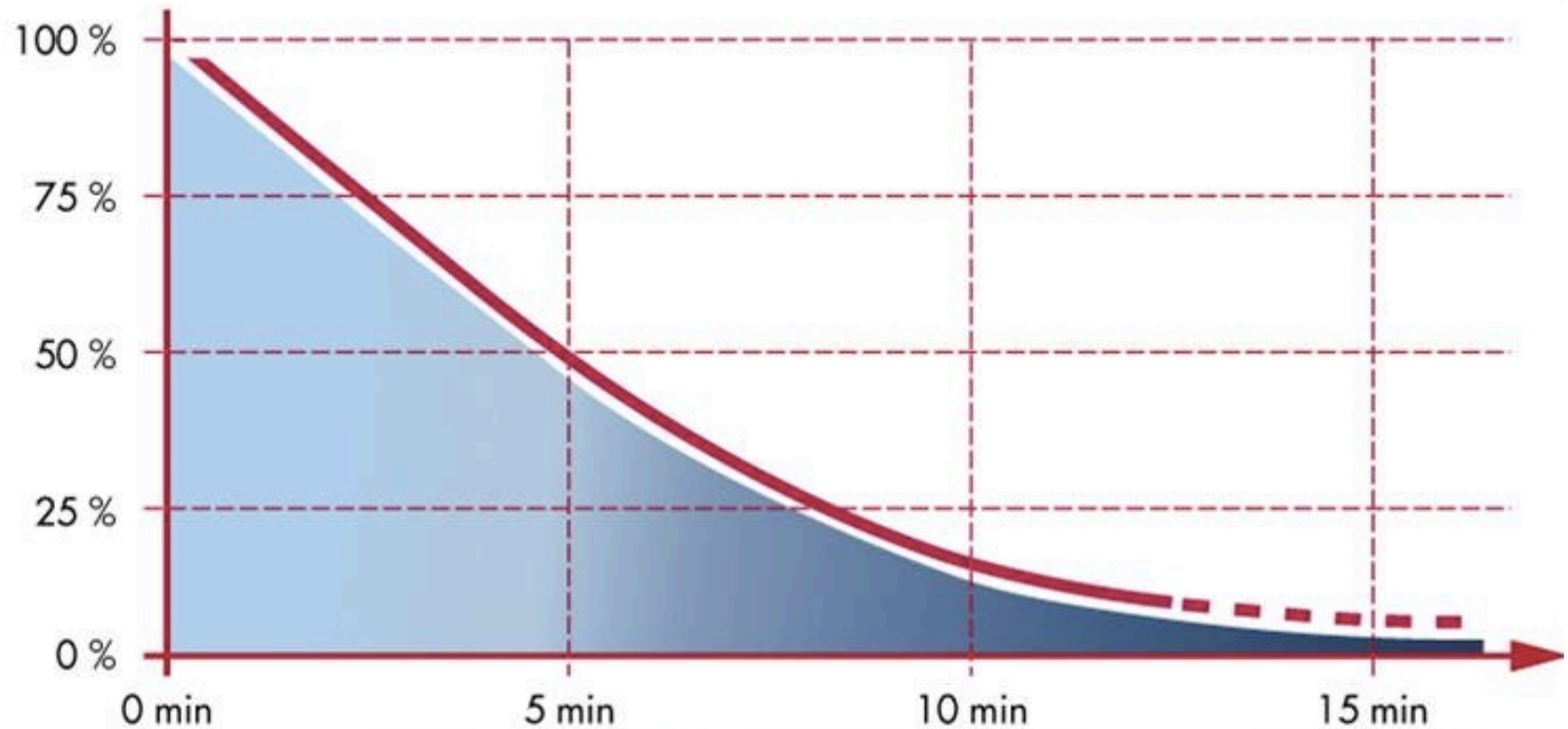
Bei einem Herz-Kreislaufstillstand beginnen die Zellen im Körper unterschiedlich schnell zu sterben:

 im Gehirn: nach 3–5 Minuten!

 im Herz: nach 20 Minuten!



## Überlebensrate bei verzögerten Maßnahmen



Was ist zu tun ...

ein Leben  
**retten**

100 Pro  
reanimation

♥ ... wenn ein Mensch plötzlich einen Herz-Kreislaufstillstand hat?



# Was ist zu tun?

ein Leben  
**retten**

100 Pro  
reanimation

## 1. PRÜFEN

Keine Reaktion?  
Keine oder keine normale Atmung?



### ♥ Prüfen:

- ♥ Kontrolliere das Bewusstsein
- ♥ Kontrolliere die Atmung

## 2. RUFEN

Rufen Sie **112** an.



### ♥ Rufen:

- ♥ Rufe andere zur Hilfe
- ♥ Rufe 112 an

## 3. DRÜCKEN

Drücken Sie fest und schnell in der Mitte des Brustkorbs: **mind. 100 x pro Minute**.  
Hören Sie nicht auf, bis Hilfe eintrifft.



### ♥ Drücken:

- ♥ Drücke fest und schnell auf den Brustkorb

## Was ist zu tun?

### ♥Prüfen:

#### ♥Kontrolliere das Bewusstsein

*Keine Reaktion?*



## Was ist zu tun?

### ♥Prüfen:

#### ♥Kontrolliere die Atmung

Überstrecke den Kopf nach hinten und hebe das Kinn an.

*Keine Atmung?*

*Atmung nicht normal?*



♥Im Zweifel beginnen!

## Was ist zu tun?

♥Rufen:

♥Rufe andere zur Hilfe



## Was ist zu tun?

### ♥ Rufen:

♥ Rufe 112 an

Oder bitte jemanden darum  
es zu tun.

♥ **Genauer Standort!**

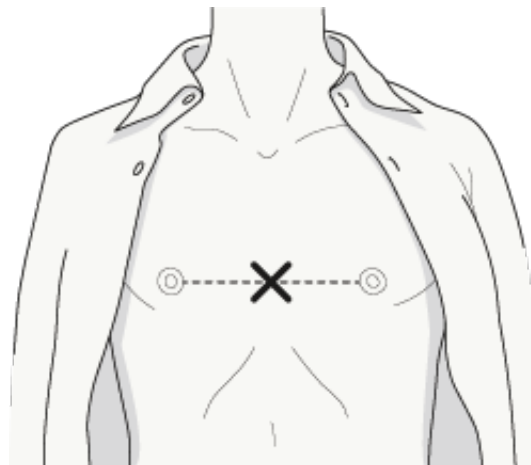
♥ **Warten auf Rückfragen!**



## Was ist zu tun?

♥ **Drücken:**

♥ **Finde die Mitte des Brustkorbes**

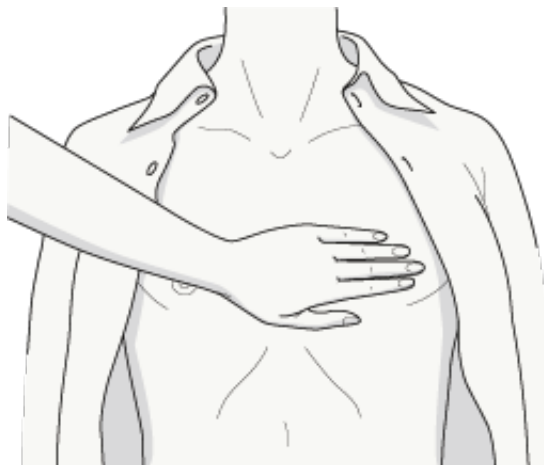




## Was ist zu tun?

### ♥Drücken:

♥Lege eine Hand auf die Mitte des Brustkorbes



## Was ist zu tun?

♥Drücken:

♥Lege die andere Hand darüber



## Was ist zu tun?

### ♥Drücken:

♥Drücke fest & schnell  
(100 mal pro Minute)  
auf den Brustkorb



## Was ist zu tun?

### ♥Drücken:

- ♥Arme gestreckt halten
- ♥senkrecht über  
den Brustkorb beugen

Höre nicht auf, bis Hilfe eintrifft.



## Zusammenfassung: Was ist zu tun?

### 1. PRÜFEN

Keine Reaktion?  
Keine oder keine normale Atmung?



### 2. RUFEN

Rufen Sie **112** an.



### 3. DRÜCKEN

Drücken Sie fest und schnell in der Mitte  
des Brustkorbs: **mind. 100 x pro Minute.**  
Hören Sie nicht auf, bis Hilfe eintrifft.



**Jetzt wissen Sie:**

**ein Leben  
retten**

**100 Pro**  
reanimation

- ♥ **Warum ein Herz-Kreislaufstillstand für den Menschen gefährlich und schädlich ist.**
- ♥ **Wie Sie einen Herz-Kreislaufstillstand erkennen.**
- ♥ **Wie Sie einem Menschen mit Herz-Kreislaufstillstand helfen können:**  
**Sie können jetzt ein Leben retten!**

# ein Leben retten

100 Pro   
reanimation

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



Eine Initiative von:

Berufsverband Deutscher Anästhesisten e.V.  
Deutsche Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin e.V.

In Kooperation mit:

Stiftung Deutsche Anästhesiologie  
German Resuscitation Council e.V.



Unter der Schirmherrschaft des:



Bundesministerium  
für Gesundheit



# WOCHE DER WIEDERBELEBUNG

## immer in KW 38

ein Leben  
**retten**

100 Pro  
reanimation

### 1. PRÜFEN

Keine Reaktion?  
Keine oder keine normale Atmung?



### 2. RUFEN

Rufen Sie **112** an.



### 3. DRÜCKEN

Drücken Sie fest und schnell in der Mitte  
des Brustkorbs: **mind. 100 x pro Minute**.  
Hören Sie nicht auf, bis Hilfe eintrifft.



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



Eine Initiative von:

Berufsverband Deutscher Anästhesisten e. V.  
Deutsche Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin e. V.

In Kooperation mit:

Stiftung Deutsche Anästhesiologie  
German Resuscitation Council e. V.



Unter der Schirmherrschaft des:



Bundesministerium  
für Gesundheit