

# Praktische Anleitung zum Leben retten

Übernächsten Samstag wird gezeigt,  
wie Laien bei einem Herzstillstand helfen können

AALLEN (Iem) - Jeder Mensch kann zum Lebensretter werden. Man muss sich nur trauen und wissen wie. Unter dem Motto „100 Mal drücken pro Minute rettet Leben“ zeigen Notfallsanitäter am Samstag, 21. September, vor dem Reichsstädter Markt von 10 bis 15 Uhr zu jeder volle Stunde, was bei einem Herzstillstand zu tun ist, den jeden und zu jeder Zeit treffen kann. Die Aktion ist bundesweit, in Aalen wird sie vom DRK und dem Team der zentralen Notaufnahme im Ostalb-Klinikum angeboten.

Gezeigt wird, wie ein Laie eine Herzdruck-Massage durchführen kann, was der Rettungsdienst bei einem Herzstillstand macht und welche Maßnahmen bei einem Patienten im Schockraum des Klinikums durchgeführt werden. Es geht um Leben oder Tod: Wird nach einem Herzstillstand nicht innerhalb von fünf Minuten eine Herzdruckmassage durchgeführt, ist ein Überleben unwahrscheinlich. Je früher der Helfer beginnt, desto besser. Eine sofortige Herzdruckmassage, erklärt Chefarztin Caroline Grupp, verdoppelt bis verdreifacht die Überlebenschance: „Die ersten zwei, drei Minuten sind entscheidend. In jeder

Minute, in der nichts unternommen wird, sinken die Überlebenschancen um etwa zehn Prozent.“

Bevor mit der Herzdruckmassage begonnen wird, sind zunächst drei Dinge wichtig, wenn eine Person bewusstlos zusammenbricht: Die Person ansprechen „Hören Sie mich?“. Schütteln an den Schultern und auf eine Reaktion warten. Auf die Atmung achten: Keine Atmung oder keine normale Atmung (Schnappatmung)? Wie die Herzdruckmassage genau funktioniert, wird am 21. September gezeigt. Auch, wie ein Defibrillator eingesetzt wird. Der, erklärt Ausbildungsleiter Markus Schlipf, ersetzt übrigens nicht die Herzdruckmassage.

Bei der Aktion geht es auch darum, so erklärt Caroline Grupp, Hemmschwellen und Berührungsängste bei einem solchen Notfall abzubauen: „Man kann nichts falsch machen. Nichts zu machen wäre ganz falsch.“ Auch die Sorge, bei der Herzdruckmassage ein paar Rippen zu brechen, sei völlig unbegründet. Das sei sogar der Normalfall. Und: Es geht um Leben oder Tod. Einige gebrochene Rippen zählen da nicht.



Was bei einem Herzstillstand zu tun ist, zeigen (von links) Markus Schlipf, Caroline Grupp und Tanja Schneider, Auszubildende zur Notfallsanitäterin.

FOTO: MARKUS LEHMANN