

Pressemitteilung

Deutschland wird Lebensretter!

5.000 Menschen sterben jährlich, weil Anwesende nicht helfen – das soll sich jetzt ändern!

Nürnberg, 18. Juni 2013: „Ich wusste nicht, wie es richtig geht, aber ich habe einfach gedrückt“, so beschreibt Renate H. (59 Jahre) die Herzdruckmassage, mit der sie ihrem Mann nach einem plötzlichen Herzstillstand das Leben rettete. Deutschland braucht mehr Ersthelfer, denn die aktuelle Bilanz ist alarmierend: Nur 15 Prozent der Bundesbürger helfen im Ernstfall. Dabei kann Wiederbelebung so einfach sein: „Prüfen, Rufen, Drücken sind drei leicht zu merkende Schritte bei einem Herzstillstand: Reaktion und Atmung checken, Notruf 112 wählen und die Herzdruckmassage sofort beginnen. So kann die Überlebenschance verdoppelt bis verdreifacht werden.“, ermutigt Prof. Dr. Dr. Hugo Van Aken, Generalsekretär der Deutschen Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin. Die wichtigsten Infos gibt es unter www.einlebenretten.de.

Mit der unter der Schirmherrschaft des Bundesministeriums für Gesundheit stehenden Aktion „Woche der Wiederbelebung“, wollen die Deutsche Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin (DGAI) und der Berufsverband Deutscher Anästhesisten (BDA) in Kooperation mit dem German Resuscitation Council (GRC) das Selbstvertrauen der Bürger in ihre eigenen Fähigkeiten als Ersthelfer stärken – für mehr gerettete Leben.

Herzstillstand – jede Sekunde zählt!

Jeder kann in die Lage geraten. Der plötzliche Herztod ist mit schätzungsweise bis zu 100.000 Fällen pro Jahr eine der häufigsten Todesursachen in Deutschland. Obwohl jeder helfen könnte, tun es die wenigsten. Dabei ist es gerade bei einem Herzstillstand unerlässlich, schnell zu handeln: Bereits drei Minuten nach einem Herzstillstand wird das Gehirn nicht mehr genügend mit Sauerstoff versorgt – es treten unwiderrufliche Schäden auf. Mit einer einfachen Herzdruckmassage kann der Restsauerstoff im Blut zirkulieren und so bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes die Überlebenschance entscheidend erhöhen.

Leben retten ist einfach – jeder kann es!

Warum fehlt der Mut? „Oftmals sind viele Menschen im Ernstfall überfordert, weil sie zuerst an die stabile Seitenlage oder den Wechsel zwischen Herzdruckmassage und Mund-zu-Mund-Beatmung denken. Dass eine Herzdruckmassage ausreicht, wissen viele nicht.“, erklärt Prof. Dr. Götz Geldner, Präsident des Berufsverbandes BDA. „Man kann nichts falsch machen!“. Auch ohne Ersthelferkenntnisse ist es einfach, Leben zu retten: „Prüfen. Rufen. Drücken!“ lautet die Devise: Prüfen, ob die Person

Stiftung Deutsche Anästhesiologie

Roritzerstraße 27, 90419 Nürnberg
Tel +49 (0) 911 9337810
Fax +49 (0) 911 3938195
kontakt@einlebenretten.de

Vorsitzender des Stiftungsvorstandes:
Prof. Dr. med. h. c. Klaus van Ackern
Sitz Nürnberg, Amtsgericht Nürnberg
Steuer-Nr. 241/110/92105

Eine Initiative von:

Deutsche Gesellschaft für Anästhesiologie
und Intensivmedizin e.V.
Berufsverband Deutscher Anästhesisten e.V.
German Resuscitation Council e.V.
Stiftung Deutsche Anästhesiologie

Unter der Schirmherrschaft des:



**Bundesministerium
für Gesundheit**

noch atmet. Unter der europaweit gültigen Notrufnummer 112 den Rettungsdienst rufen. Fest und mindestens 100 Mal pro Minute in der Mitte des Brustkorbs drücken und nicht aufhören, bis Hilfe eintrifft. „Mit der Erhöhung der Wiederbelebungsrate durch Laienhelfer könnten in Deutschland jährlich ca. 5.000 Menschenleben gerettet werden“, appelliert Van Aken.

Service für Ihre Leser:

Eine **Kurz-Anleitung** im handlichen Pocketformat oder ein Lehr-Video gibt es unter www.einlebenretten.de. Besuchen Sie uns auch auf **Facebook** unter facebook.com/100proreanimation oder auf **Twitter**: twitter.com/_100pro

Endlich Klarheit! Die häufigsten Fragen

- **Ist eine Mund-zu-Mund-Beatmung notwendig?**

Die Mund-zu-Mund-Beatmung ist nicht die entscheidende Maßnahme bei Menschen mit plötzlichem Herzstillstand. Lebensrettend ist die Herzdruckmassage. Wenn Sie in Mund-zu-Mund-Beatmung ausgebildet sind, dann tun Sie es - zur Erinnerung: 30mal drücken und danach zweimal beatmen. Wenn nicht, konzentrieren Sie sich auf die Herzdruckmassage. Damit ist schon viel gewonnen!

- **Ist bei einem Herzstillstand die stabile Seitenlage wichtig?**

Nein, denn der Betroffene kann auf diese Weise weder beatmet werden, noch kann der Ersthelfer ihn wiederbeleben. Der Ersthelfer sollte bei einem Herzstillstand gleich mit der Herzdruckmassage beginnen.

- **Kann ich rechtlich belangt werden, wenn ich etwas falsch mache?**

Sie können nichts falsch machen! Jede Hilfe ist erste Hilfe. Sie können und dürfen Herzdruckmassage durchführen und einen Defibrillator anwenden. Auch wenn Sie dies nie oder lange nicht mehr geübt haben, es könnte lebensentscheidend sein.

- **Wo und wie schnell muss ich bei der Herzdruckmassage drücken?**

Drücken Sie fest in der Mitte des Brustkorbs mindestens 100 Mal pro Minute, das entspricht einem Disco-Beat. Denken Sie also an einen Song, wie z. B. „Stayin` Alive“ von den BeeGees oder „Rock Your Body“ von Justin Timberlake. Sie haben den Rhythmus einer Herzdruckmassage. Wechseln Sie sich mit anderen Ersthelfern ab.

Aktion: „Ein Leben retten. 100 Pro Reanimation“

Die Deutschen Anästhesisten verfolgen gemeinsam mit dem German Resuscitation Council das Ziel, Hemmschwellen in der Bevölkerung abzubauen und die Wiederbelebungsrate in Deutschland zu steigern. Gemeinsam mit Partnern, z. B. den größten Hilfsorganisationen, sollen mit der einfachen Botschaft „Prüfen Rufen Drücken“ mehr Menschen ermutigt werden, im Ernstfall aktiv zu werden. Highlight ist die **„Woche der Wiederbelebung“ vom 16.9. bis 22.9.2013**, bei der auf über- und regionaler Ebene vielseitige Aktionen gestartet werden. Weitere Infos gibt es unter www.einlebenretten.de.

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.



2.788 Zeichen (inkl. Leerzeichen)

Druckfähiges Bildmaterial sowie eine Hitliste lebensrettender Beats erhalten Sie unter stephanie.bergner@circlecomm.de

Bei Veröffentlichung freuen wir uns über ein Belegexemplar:

Pressekontakt:

Circle Comm GmbH – Agentur für Gesundheitskommunikation

Tel: (06151) 36 0 87-0 / Fax: (06151) 36 0 87-29

Claudia Krey (-28)

claudia.krey@circlecomm.de

Stephanie Bergner (-21)

stephanie.bergner@circlecomm.de