

Pressemitteilung

„Prüfst du, rufst du, drückst du“

Kaya Yanar zeigt, worauf es beim Leben retten ankommt

Nürnberg, 02. September 2013. Es klingelt an der Tür, der kräftige Sören öffnet, der Pizzabote fällt ihm mitsamt den Pizzas in die Arme. Plötzlicher Herzstillstand. Sören schaut sich hilfesuchend um, Kaya Yanar alias Hakan erklärt „So, jetzt kannst du den Tod konkret krass überlisten. Pass auf: Prüfst du, rufst du, drückst du!“. Auszüge aus dem TV-Spot der Initiative „Ein Leben retten – 100 Pro Reanimation“, der das Thema Wiederbelebung ab Mitte September ins deutsche Fernsehen bringt. Für den Comedian Kaya Yanar war es selbstverständlich, sich für das Thema Laienreanimation stark zu machen: „Also wenn man mit dem Spot ein paar Leben retten kann, dann ist das schon mal etwas.“ Weitere Informationen unter www.einlebenretten.de.

So wie Sören geht es vielen Menschen in Deutschland: Sie wissen nicht, was zu tun ist, haben Angst etwas falsch zu machen. So kommt es, dass nur 15 Prozent der Bundesbürger im Ernstfall helfend eingreifen. 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. Hugo Van Aken, Generalsekretär der Deutschen Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin.

Mit der unter der Schirmherrschaft des Bundesministeriums für Gesundheit stehenden Kampagne „Ein Leben retten. 100 Pro Reanimation“ wollen die Deutsche Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin e.V. (DGAI) und der Berufsverband Deutscher Anästhesisten e. V. (BDA) in Kooperation mit dem German Resuscitation Council e.V. (GRC) das Selbstvertrauen der Bürger in ihre eigenen Fähigkeiten als Ersthelfer stärken – für mehr gerettete Leben.

Service für Ihre Leser:

Das **Video** in voller Länge oder auch eine **Kurz-Anleitung** im handlichen Pocketformat gibt es unter www.einlebenretten.de. Besuchen Sie uns auch auf **Facebook** unter facebook.com/100proreanimation oder auf **Twitter**: twitter.com/_100pro



Bildunterschrift: „Prüfst du, rufst du, drückst du“ – Kaya Yanar zeigt Sören, worauf es beim Leben retten ankommt.

Bildnachweis: Mark Popp

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**

+++ HINTERGRÜNDE +++

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 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 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.

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 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.

2.047 Zeichen (inkl. Leerzeichen)

Druckfähiges Bildmaterial 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