

Wiederbelebungskampagne zeigt Erfolge - Laienreanimationsquote verdoppelt

Die bundesweite Kampagne "Ein Leben retten. 100 Pro Reanimation" zieht Bilanz: Vor fünf Jahren wurde sie u.a. auf Initiative des Berufsverbandes Deutscher Anästhesisten (BDA) und der Deutschen Gesellschaft für Anästhesiologie und Intensivmedizin (DGAI) mit dem Ziel gegründet, das Selbstvertrauen der Bürger in ihre eigenen Fähigkeiten als Ersthelfer zu stärken - für mehr gerettete Leben. "Wir sind damals bei 17% Laienreanimationsquote gestartet und haben nach fünf Jahren eine Verdopplung auf 34% erreicht. Das ist ein Riesenerfolg.", sagt PD Dr. Jan-Thorsten Gräsner, Direktor des Instituts für Rettungs- und Notfallmedizin des Universitätsklinikums Schleswig-Holstein, Mitglied des Präsidiums im BDA und DGAI.

Nur etwa drei bis fünf Minuten dauert es, bis das Gehirn nach einem Kreislaufstillstand infolge mangelnder Sauerstoffzufuhr Schaden nimmt. Gleichzeitig benötigt der Rettungsdienst in Deutschland durchschnittlich bis zu acht Minuten, ehe er am Ort des Geschehens eintrifft. Daraus wird klar, welche Bedeutung der Reanimation durch Laien zukommt. Warum war und ist die Quote der Laienreanimationen in Deutschland im europäischen Vergleich dennoch so gering? Dafür gibt es, laut Gräsner, vor allem drei Gründe: "Hauptgrund ist die Sorge, während der Reanimation etwas falsch zu machen, dem Patienten, der am Boden liegt, Schaden zuzufügen. Das ist unmöglich, ein "Falsch" gibt es im Notfall nicht. Wenn ein Mensch einen Kreislaufstillstand hat, kann man ihm nur helfen. Andere wiederum sagen: "Ich kenne denjenigen, der da liegt nicht, ich könnte mich infizieren etc." Dagegen spricht, dass 70% der Kreislaufstillstände in häuslicher Umgebung stattfinden. Das heißt, man kennt denjenigen, der dort liegt: Oma, Opa, Onkel, Tante, eigenes Kind. Bei einigen wenigen mag auch die Überzeugung da sein, dass es am besten ist, nur die 112 zu rufen und auf die Profis zu warten. "Die machen das dann schon". Dies hilft dem Patienten im Kreislaufstillstand jedoch nicht. Es muss gehandelt werden bis der Rettungsdienst eintrifft.

Gesellschaftlich-politische Meilensteine für mehr gerettete Leben: Laienreanimation an Schulen und Betrieben

Derzeit werden in Deutschland pro Jahr ca. 5.000 Menschenleben durch Reanimation gerettet. Deutschlands Anästhesisten wollen mit Hilfe der Kampagne "Ein Leben retten. 100 Pro Reanimation" diese Zahl in den kommenden Jahren auf 15.000 Menschenleben verdreifachen, z.B. mit der seit 2013 stattfindenden "Woche der Wiederbelebung" und deutschlandweiten Aktionen und Events (www.einlebenretten.de). Wo liegen die Schwerpunkte der nächsten fünf Jahre? 2013 nahmen fast 12.000 Schüler auf dem Schlossplatz in Münster an einem Weltrekord -Wiederbelebungstraining im Rahmen der Kampagne teil und setzten laut Gräsner ein eindeutiges Zeichen: "Die Aktion, initiiert vom Uniklinikum Münster, hat gezeigt, dass wir mit dem Thema Wiederbelebung Massen bewegen können." So liegt ein Schlüssel für den Erfolg der Kampagne auch weiterhin in der Zielgruppe Schüler und darin, Reanimation fest im Stundenplan von Schülern zu verankern: "Kinder sind in

der Regel lernbegierig. Mit ihnen kann ich sehr leicht ein regelmäßiges Training, z.B. im Biologie- oder Sportunterricht, durchführen. 2014 gab es eine Empfehlung der Kultusministerkonferenz, das Reanimationstraining an Schulen deutschlandweit auszubauen. Das hat uns weiter den Rücken gestärkt und wird Stück für Stück umgesetzt." Zudem will sich die Kampagne in den kommenden Jahren auch intensiv um den betrieblichen Bereich kümmern. Schließlich passieren etwa 15% aller Kreislaufstillstände am Arbeitsplatz. Mit kompakten Wiederbelebungs-kursen will Gräsner möglichst viele Arbeitnehmer für das Thema Wiederbelebung gewinnen.

Ganz einfach: Prüfen. Rufen. Drücken.

Diese Situation wiederholt sich in Deutschland bis zu 75.000 Mal im Jahr: Jemand liegt scheinbar leblos auf dem Boden, Atem und Kreislauf kommen zum Erliegen. Was tun? "Der zentrale Merkspruch unsere Initiative heißt "Prüfen. Rufen. Drücken." Ich spreche die Person an, rüttle leicht an ihr, um herauszufinden, ob sie bewusstlos ist. Dann überprüfe ich die Atmung: Ist sie normal? Bewusstlosigkeit und eine nicht normale Atmung sind allein schon lebensbedrohlich. Rufen bedeutet: Ich hole professionelle Hilfe, schicke jemanden los oder rufe selbst den Rettungsdienst 112. Dann beginne ich sofort mit dem Drücken, also mit den Wiederbelebungsmaßnahmen. Ich drücke 100 bis 120 Mal pro Minute in der Mitte des Brustkorbs auf dem Brustbein – 5 bis 6 cm tief. Denken Sie einfach an den Disco-Hit "Stayin' Alive" von den Bee Gees. Das ist der perfekte Wiederbelebungsrythmus, etwa 120 Schläge pro Minute. Abgesehen davon passt auch der Songtitel thematisch perfekt", so Gräsner, der schon vielen Menschen von Berufs wegen das Leben gerettet hat. Wie fühlt man sich als Lebensretter? "Ich tue das, was ich gelernt habe, und freue mich, dass es tatsächlich im Notfall hilft", sagt er. "Das Beste, was einem passieren kann, ist, dass man Tage oder Wochen später die Patienten wiedertrifft, die man wiederbelebt hat, auch wenn sie sich manchmal gar nicht mehr an das Ereignis erinnern können. Aber sie sind wach, sie können reden, sie werden von der Intensiv- auf die normale Station verlegt und gehen mit ihren Angehörigen wieder im Park des Krankenhauses spazieren. Das freut mich und zeigt mir: Mein Einsatz hat sich wirklich gelohnt."

Die Botschaft „Prüfen. Rufen. Drücken“ hilft im Notfall ein Leben zu retten.

Image not found or type unknown

Informationen zum Thema Wiederbelebung stehen auf www.einlebenretten.de bereit.

Quelle: Stiftung Deutsche Anästhesiologie