

## ■ **Freundes- und Förderkreis für das DRK Krankenhaus Hachenburg e.V.**

### **Reanimation rettet Leben - jede Sekunde zählt**

Ca. 75000 Herzstillstände pro Jahr in Deutschland

Der **Freundes- und Förderkreis für das DRK Krankenhaus Hachenburg e.V.** sensibilisiert seine Mitglieder mit theoretischen und praktischen Grundlagen zum Thema Wiederbelebung

Menschen, die einen Herzstillstand erleiden, sind auf sofortige Hilfe angewiesen. Die Herz-Lungen-Wiederbelebung gehört zu den wichtigsten lebensrettenden Sofortmaßnahmen, um die Überlebenschance zu erhöhen und Folgeschäden zu vermeiden.

Dirk Lang (Leiter der Intensivabteilung am DRK KH-Standort Hachenburg) sensibilisiert die Anwesenden, dass die ersten Minuten bis zum Eintreffen des Krankenwagens oder Notarztes äußerst wichtig sind. Wenden Ersthelfer, nach Alarmierung des Rettungsdienstes, in dieser Zeit die einfachen Wiederbelebungsmaßnahmen an, können viele Menschen überleben. Anhand zahlreicher Beispiele berichtet Dirk Lang den Mitgliedern des Fördervereins sehr authentisch und empathisch von seinen im Klinikalltag durchgeführten Reanimationen in seiner fast 30-jährigen Laufbahn als Intensivfachpfleger.



Die Maßnahme lautet **Drücken – Drücken – Drücken!** Führen Sie bei erkanntem Kreislaufstillstand sofort die Herzdruckmassage durch und dies unterunterbrochen, bis der Rettungswagen eintrifft, so Dirk Lang. Eine Hand mit dem Ballen auf die Mitte der Brust legen; die zweite darauflegen. Arme durchstrecken, dann schnell und tief senkrecht von oben drücken – etwa zwei Mal pro Sekunde und ca. fünf bis sechs cm tief. Über-

rascht waren viele, dass die Herzdruckmassage auch ohne Beatmung hilft. Wer sich die Beatmung nicht zutraut, sollte unbedingt die Herzdruckmassage durchführen. Denn bei einem plötzlichen Herzstillstand eines Erwachsenen ist noch für einige Minuten ausreichend Sauerstoff im Blut.

Auch Bedenken und Unsicherheiten kann Dirk Lang den Anwesenden nehmen. Eine Reanimation ist nicht schwierig und wer sein Wissen ab und zu auffrischt, ist auf der sicheren Seite.

### **Falsch machen kann man nichts, falsch wäre nur nicht zu helfen.**

Erweitern kann man die Wiederbelebung bei Kammerflimmern mit Hilfe eines automatisierten Defibrillators, den viele Gemeinden mittlerweile an öffentlichen Plätzen und Gebäuden zur Ersten Hilfe vorhalten. Die Geräte sind so gestaltet, dass Laien damit problemlos umgehen können. Wo sich ein Defibrillator befindet, ist durch die Abkürzung „AED“ und / oder ein grünes Hinweisschild mit Herz-Symbol erkennbar.

Ein Defibrillator ist im Notfall leicht zu bedienen: Über eine eingebaute Sprachfunktion gibt er an, welche Handgriffe in welcher Reihenfolge zu tun sind.

Dieser sollte eingesetzt werden, wenn man eine bewusstlose Person zu zweit oder mit mehreren Personen wiederbelebt. Ein Helfer beginnt unmittelbar mit der Herzdruckmassage, während die anderen Ersthelfer die 112 anrufen und den Defibrillator holen.

Abschließend berichtet Dirk Lang, wie wichtig es ist, Aufklärung zu betreiben. Eine Wiederholung des Workshops ist in jedem Fall geplant.