

Retten Sie Leben!

Wird ein Herz-Kreislauf-Stillstand beobachtet, hängt die Wahrscheinlichkeit des Überlebens wesentlich davon ab, wie schnell und gut Maßnahmen zur Wiederbelebung durchgeführt werden. In jeder Minute, in der ein Patient mit einem Herz-Kreislauf-Stillstand nicht mittels Herzdruckmassage behandelt wird, sinkt seine Überlebenschance um zehn Prozent. Das sind die entscheidenden Schritte:

1 PRÜFEN

Fällt ein Mensch plötzlich um oder Sie finden jemanden auf dem Boden liegend, prüfen Sie zunächst, ob die Person bewusstlos ist und ob die Bewusstlosigkeit durch einen Herz-Kreislauf-Zusammenbruch verursacht ist. Dazu sprechen Sie den Menschen laut an, etwa: „Hallo, hallo, was ist passiert, wie heißen Sie?“. Wenn die Person nicht reagiert und sich der Brustkorb als Zeichen der Atmung nicht auf und ab bewegt, sollten Sie sofort Hilfe rufen (Notruf 112).



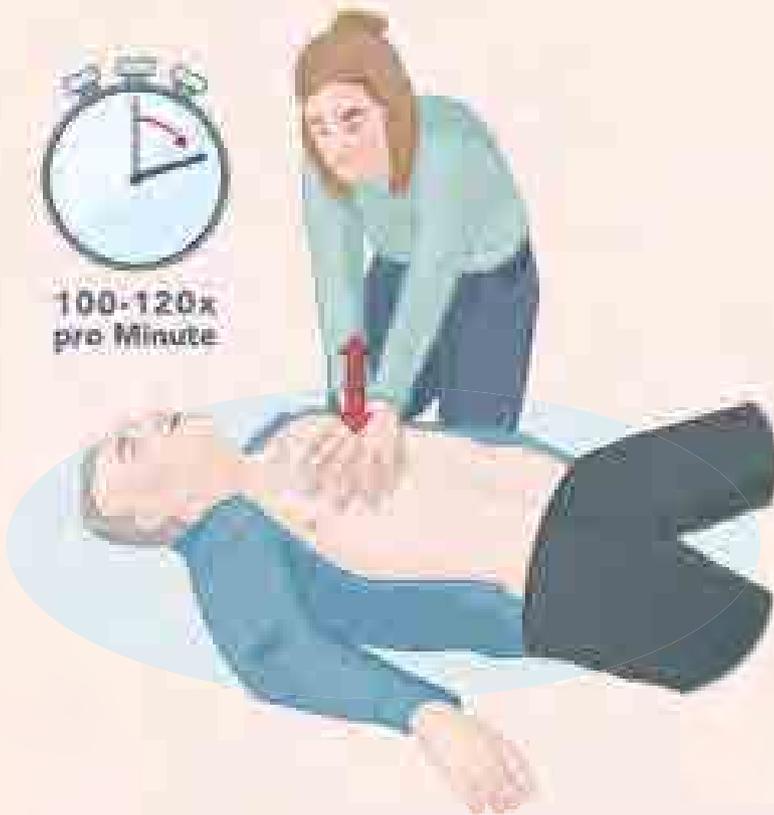
112!



2 RUFEN

Haben Sie festgestellt, dass die Person bewusstlos ist, greifen Sie umgehend zum Telefon – oder Sie bitten eine andere Person darum – und setzen über 112 einen Notruf ab.

Beantworten Sie der Notrufzentrale alle wichtigen Fragen: Wer ruft an (Name, Telefonnummer)? Was ist passiert (Hinweis auf einen Herzstillstand)? Wo befindet sich die Person? Beenden Sie das Gespräch erst, wenn die Notrufzentrale keine Fragen mehr hat.



3 DRÜCKEN

Starten Sie die Herzdruckmassage: Dazu knien Sie sich an eine Seite der Person. Setzen Sie einen Handballen auf die Mitte des Brustbeines, platzieren Sie ihre zweite Hand auf den Handrücken der ersten. Beugen Sie sich senkrecht über die Brust der Person und drücken Sie mit gestreckten Armen das Brustbein 5–6 Zentimeter tief, 100–120 Mal pro Minute. Die Herzdruckmassage muss durchgeführt werden, bis Rettungspersonal eintrifft. Rufen Sie um Hilfe und Unterstützung: Die Herzdruckmassage ist sehr anstrengend. Wechseln Sie sich ab!

Wichtig: Die Herzstiftung empfiehlt, keine Mund-zu-Mund-Beatmung durchzuführen, zu der früher geraten wurde.

4 SCHOCKEN

Einen automatisierten externen Defibrillator (AED) sollten Sie einsetzen, wenn Sie Zugriff auf einen haben und wenn Ihnen mindestens eine Person helfen kann. Ein Helfer muss die Herzdruckmassage durchführen, während der andere den AED holt und vorbereitet. Nachdem Sie den AED eingeschaltet haben, müssen Sie nur den akustischen und optischen Anweisungen des Gerätes folgen.

Wichtig: Unterbrechen Sie die Druckmassage nur, wenn der automatisierte Defibrillator Sie dazu auffordert.

