

„Man kann gar nichts falsch machen“

NOTFÄLLE Bei der Reanimationsshow der Aktion „Wiesbaden lernt Erste Hilfe“ dürfen die Besucher mitmachen

Von Eva Bender

WIESBADEN. Die Musik hält über den gesamten Schlossplatz, Menschen bleiben stehen, drehen sich in Richtung Rathaus um, wo junge Lebensretter in gelben Westen die Herz-Lungen-Wiederbelebungsproben. Sie drücken mit Kraft auf die Trainingspuppen, die auf der Rathauptreppe liegen und bleiben im Takt eines Cute-Laune-Liedes der kolumbianischen Sängerin Shakira. Wäre das ein Ernstfall und der Patient in Gefahr, könnten sie ihm das Leben retten, indem sie 100 Mal in der Minute auf seinen Brustkorb drücken, bis der Rettungswagen eintrifft.

Bei der Wiederbelebungs zählt jede Minute

Die Reanimationsshow im Rahmen des Patiententages war eine Idee der Aktion „Wiesbaden lernt Erste Hilfe“, an der auch diese Zeitung beteiligt ist. „Reanimation ist wirklich ganz



Sie sind der Hingucker auf der Rathauptreppe: die jungen Lebensretter.

Foto: Volker Watschounek

leicht und Sie können nichts falsch machen“, verspricht Grietje Beck, Klinikdirektorin der Rettungsmedizin an den Helios-Dr.-Horst-Schmidt-Kliniken (HSK). Wenn der Kreislauf eines Menschen stillsteht, wer-

de kein sauerstoffhaltiges Blut mehr im Körper verteilt und Zellen sterben. Die Überlebenschance sinkt nach fünf Minuten auf 50 Prozent. Dabei habe der Mensch eigentlich noch genug Sauerstoff im Körper, wie Beck erklärt. Deshalb muss der Ersthelfer die Aufgabe des Herzens übernehmen und das Blut in Bewegung bringen – so schnell wie möglich (siehe Kasten).

Die Show vor dem Rathaus kam jedenfalls an. Besucher nutzten die Chance, um hier oder im Erste-Hilfe-Zelt die Reanimation zu lernen. Das sei auch wichtig, um Freunden und Angehörigen im Notfall helfen zu können, betont Ralph Ziegler vom Deutschen Roten Kreuz. „Ich habe heute auch mit einem

Mann gesprochen, der seiner Frau leider nicht helfen konnte.“ Viel zu oft sei der letzte Erste-Hilfe-Kurs nämlich schon Jahrzehnte her.

Notfälle waren auch Thema bei der Vortragsreihe der Initiative. Der Direktor der Psychiatrie an den HSK, Dieter Braus, sprach über „die Seele in Not“ und die Faktoren, die sich positiv auf das menschliche Gehirn auswirken: Bewegung, gesunde Ernährung, Entspannung, soziale Kontakte, kognitive Stimulation und Rituale.

Der Chefarzt der Geriatrie an der Asklepios-Paulinenklinik, Philipp Bahrmann, klärte die Besucher über „Notfälle bei Älteren“ auf und legte den Fokus vor allem auf Herzerkrankun-



Eine Gemeinschaftsaktion von

abbvie Ihre Wiesbadener Volksbank.

Boehringer Ingelheim

WIESBADEN Dezentrat für Schule, Kultur und Integration

WIESBADENER KURIER
Wiesbadener Tagblatt

IN DREI SCHRITTEN ZUM LEBENSRETTER

► **Schritt 1:** Bei einer hilflosen Person das **Bewusstsein** überprüfen – ist sie nicht ansprechbar, wird der Kopf des Betroffenen leicht nach hinten überstreckt, das Kinn angehoben und die **Atmung** überprüft. Liegt keine vor oder ist sie unnormal, ist er in Gefahr.

► **Schritt 2:** Den **Notruf** wählen unter der Rufnummer 112.

► **Schritt 3:** Die **Wiederbelebungs** starten. Dafür muss Druck auf die Mitte des Brustkorbs ausgeübt werden – auf Höhe der Brustwarzen. Man kniet sich neben den Patienten, legt beide Hände übereinander und drückt mit dem eigenen Körpergewicht den Brustkorb 100 Mal in der Minute ein. **Nicht aufhören**, bevor Hilfe kommt!

gen. Notfälle des Herzens äußern sich beispielsweise durch schwere und ausstrahlende Schmerzen im Brustkorb, Atemnot, Übelkeit, Angst und Schwäche. Solche Symptome können etwa auf einen Herzinfarkt hinweisen. „Warten Sie dann auf keinen Fall ab, sondern rufen Sie die 112“, mahnte Bahrmann. „Denn Schäden am Herzmuskelgewebe kann man nicht wieder beheben.“ Doch er machte auch Mut: „Die Sterblichkeit liegt heute unter fünf Prozent.“



Wie funktioniert Erste Hilfe? Ein Video zur Reanimationsshow finden Sie hier.