



## PRESSEINFORMATION

### **Herzinfarkt und Herzversagen – Jeder kann durch Soforthilfe Leben retten**

50.000 Menschen in Deutschland erleiden jährlich ein akutes Herz-Kreislauf-Versagen außerhalb eines Krankenhauses. Bis der Notarzt eintrifft, ist die Hilfe von Laien unabdingbar. Denn es kommt auf jede Minute an, um das Leben des Betroffenen zu retten oder schwere neurologische Folgeschäden zu vermeiden. Das menschliche Gehirn nimmt schon nach drei Minuten ohne Sauerstoff Schaden, nach acht Minuten ohne Sauerstoff ist das Gehirn irreparabel geschädigt. Der Hamburger Verein „Ich kann Leben retten!“ bietet Lebensretter-Kurse für Kinder, Jugendliche und Erwachsene an. Jeder kann Leben retten. Das ist leichter als gedacht. Der öffentliche Aktionstag in Hamburg ist am Mittwoch, 20. September 2017.

**Hamburg, Juni 2017.** Robert D. sackte mitten in einer Joggingrunde um die Alster plötzlich zusammen. Er stöhnte schmerzvoll, atmete unregelmäßig, wenige Sekunden später gar nicht mehr. Doch der 44-Jährige hatte Glück. Denn seine Mitläuferin, eine Stewardess, wusste was zu tun war: Sie prüfte die Lebenszeichen, forderte über die europaweit gültige SOS Nummer 112 den Notarzt an und begann sogleich mit der Herzdruckmassage: 120 Mal pro Minute, ohne Pause, ohne Beatmung. Sie drückte so lange bis der Notarzt eintraf. Dank dieser guten Vorarbeit konnte der Rettungsdienst die Maßnahmen zur Reanimation einleiten und den Sportler ins Leben zurückholen.

So wie Robert D. erleiden jährlich 280.000 Menschen in Deutschland einen Herzinfarkt. 140.000 Menschen sterben jährlich an den Folgen. **50.000** dieser Herzinfarkt-Opfer erreichen nicht einmal das Krankenhaus lebend und haben damit auch keine Chance auf eine hochspezialisierte Therapie. Denn durch fehlende Soforthilfe vor Ort sinken die Überlebenschancen dramatisch. **Weniger als fünfzehn Prozent** der Deutschen wissen, was in einer solchen lebensbedrohlichen Notfallsituation zu tun ist. Es findet keine systematische Laienausbildung für **eine Soforthilfe bei Herzversagen** statt.

Hier setzt der gemeinnützige Verein „Ich kann Leben retten!“ an. „Wir bilden Soforthelfer aus, die den Betroffenen ermöglichen bis zum Eintreffen des Notarztes zu überleben“, sagt der Hamburger Arzt und Initiator Dr. Martin Buchholz. „Es ist **unser Ziel**, mit der Aktion „Hand auf’s Herz – Leben retten ist kinderleicht!“, Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen lebensrettendes Notfallwissen für sofortige Laienhilfe zu vermitteln.“ Herzkreislauf-Versagen nach einem Herzinfarkt ist die häufigste Todesursache in Deutschland. „Sofortige lebensrettende Notfallmaßnahmen und die damit verbundene gezielte Herzdruckmassage bis der Notarzt kommt, soll künftig jährlich **10.000 Menschenleben** in Deutschland retten. **Leben retten durch Soforthilfe** soll genauso zur Lebenskompetenz gehören wie Schwimmen, Radfahren und richtiges Verhalten im Straßenverkehr. Das notwendige Wissen, das einen Menschen zum Lebensretter macht, ist in weniger als zwei Stunden erlernbar – auch von Kindern, erklärt Dr. Martin Buchholz. Der Arzt betont: „Leben retten ist mehr als Erste Hilfe. Lebensretter bewahren den Betroffenen vor dem sonst sicheren Tod.“

### **Öffentlicher Aktionstag am Mittwoch, 20. September 2017, in Hamburg**

Der Verein „Ich kann Leben retten!“ zeigt zusammen mit Partnern aus dem Gesundheitswesen am 20. September 2017 in Hamburg, Leben retten ist kinderleicht. „Wir wollen damit einer breiten Öffentlichkeit bewusst machen, dass jeder seinen Anteil dazu beitragen kann, dass **täglich circa 200 Menschen nicht** nach einem akuten Herzinfarkt sterben, bevor sie das Krankenhaus erreichen“, erklärt Dr. Martin Buchholz. Die **Schirmherrschaft** des Aktionstags übernimmt die



Senatorin für Gesundheit und Verbraucherschutz, Cornelia Prüfer-Storcks. Detaillierte Informationen über die Veranstaltung veröffentlicht der Verein „Ich kann Leben retten!“ in Kürze. Die Partner dieser Hamburger Initiative beabsichtigen mit ihrem Aktionstag während der jährlichen bundesweiten **Woche der Wiederbelebung** des „Nationalen Aktionsbündnis Wiederbelebung“ (NAWIB) zu zeigen, wie bedeutend und wichtig die Laienreanimation innerhalb der sogenannten Rettungskette ist. „Wir wollen mit der Aktion die Menschen motivieren, sich das Wissen anzueignen, damit sie im Notfall bei lebensbedrohlichem Herzversagen mutig und beherrscht eingreifen, um Leben zu retten“, sagt Initiator Dr. Martin Buchholz.

## Was passiert bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand?

Beim sogenannten Kammerflimmern, einer schweren Herzrhythmusstörung, nach einem akuten Herzinfarkt, kann das Herz das Blut nicht mehr durch den Körper pumpen. Die Sauerstoffversorgung aller Organe kommt unmittelbar zum Stillstand. Aufgrund des Sauerstoffmangels nach einem Herzstillstand wird das Gehirn schon **während der ersten drei Minuten** irreparabel geschädigt. Nach **acht Minuten ohne Sauerstoff** ist das Gehirn so ausgeprägt geschädigt, dass eine Reanimation meist nicht mehr erfolgreich ist. „Trotz der hervorragenden Notfallversorgung in Deutschland ist der Notarzt leider auch in Ballungsgebieten durchschnittlich erst nach acht bis zehn Minuten vor Ort“, weiß Dr. Martin Buchholz. „Bis dahin ist es **wichtig, sofort mit der Herzdruckmassage** zu beginnen, um das Gehirn weiter mit Sauerstoff zu versorgen. Durch den vom Laien oder später vom Notarzt eingesetzten Defibrillator kann das Herz nach dem Herzstillstand wieder schlagen. Der Betroffene hat dann zu 75 Prozent die Chance, später das Krankenhaus lebend zu verlassen und kann meist wieder ein ganz normales Leben führen.“

## Wer kann an dem Wiederbelebungstraining teilnehmen?

Dr. Martin Buchholz und sein Team arbeiten gezielt daran, Erwachsene in Unternehmen und Sportvereinen in der Laienreanimation auszubilden. Darüber hinaus liegt ein großes Augenmerk darauf, Kurse für Soforthilfe im Schulunterricht zu integrieren und Grundlagenwissen in KITAs zu vermitteln. Die Trainer unterrichten auch in Gebärdensprache.

## Was kosten die Kurse?

Der Verein „Ich kann Leben retten!“ schult Kinder und Jugendliche kostenfrei aus eigenen Mitteln und durch Spenden. Erwachsene zahlen für den zweistündigen Kurs 35 Euro. Ein Kurs für 20 Personen kostet 700 Euro.

## Wo und wie können sich Interessierte anmelden?

Die Teilnahme an den Rettungskursen ist ganz einfach: Die Interessierten melden sich per Telefon unter 0800-112 36 36 oder per E-Mail unter [kontakt@iklr.de](mailto:kontakt@iklr.de) an.

\* **Quelle** der Zahlenangaben: Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung, September 2016.

## Pressekontakt

Elke Birke  
Jahnstraße 9, 24116 Kiel  
Fon + 49.431.53637501, Fax + 49.431.53637502  
Mobil +49.179.6945696, Mail: [elke.birke@iklr.de](mailto:elke.birke@iklr.de)  
[www.ich-kann-leben-retten.de](http://www.ich-kann-leben-retten.de)