

heute in hamburg

„Es kommt darauf an, ruhig zu bleiben“

Interview Sara Rahimi

„Herzretter-Aktionstag“ der Initiative „Ich kann Leben retten!“  
e. V.: 10 bis 12 Uhr, Prime Time Fitness, Überseeboulevard 3

**taz: Katharina, hast du schon mal jemandem das Leben gerettet?**

**Katharina Albers:** Ja, diesen Juni.

**Wie ist es dazu gekommen?**

Ich bin mit zwei Freundinnen unterwegs gewesen, wir sind nach der Schule zur Hamburger Meile gefahren. Im selben Moment, als wir dort aus der U-Bahn gestiegen sind, habe ich im Augenwinkel gesehen, dass eine ältere Dame umgekippt ist. Wir sind sofort hingegangen, um ihr zu helfen.

**Wie hat diese Hilfe ausgesehen?**

Meine eine Freundin hat den Krankenwagen gerufen. Und ich habe die gestürzte Frau in die stabile Seitenlage gebracht. Währenddessen hat meine andere Freundin die Begleitung der Dame beruhigt. Kurz darauf kamen dann auch schon die Rettungshelfer.

**Woher habt ihr gewusst, was zu tun ist?**

Ungefähr zwei Wochen zuvor hat die Initiative „Ich kann Leben retten!“ einen Herzretter-Kurs veranstaltet, bei uns an der Schule. Da wurde uns erklärt, was wir in so einem solchen Fall tun sollen.

**Die Hamburger Meile ist ja ein gut besuchter Ort. Wie hat die Menschenmenge um euch herum auf den Vorfall reagiert?**

Es haben sich mehrere Leute um uns versammelt. Die haben zugeschaut, aber nicht gefragt, ob sie helfen können ... Bis auf eine einzige Person.

**Oftmals trauen sich Menschen nicht, bei einem solchen Notfall einzugreifen und fühlen sich hilflos. Hast du Selbstzweifel gehabt?**

Nein, mir ist direkt bewusst gewesen, was zu tun ist. Daher habe ich überhaupt keine Angst empfunden. Aber es kann natürlich auch passieren, dass Menschen sich ängstlich und aufgeregt verhalten, wenn so etwas passiert.

**Worauf kommt es in so einer Situation an?**

Es kommt darauf an, dass man ruhig bleibt. Dann sollte man sofort den Krankenwagen rufen. Am Telefon werden einem schon direkt Anweisungen gegeben, was man tun soll. Wenn ein Mensch umgekippt ist, aber noch atmet, sollte man ihn zuerst in die stabile Seitenlage bringen. Wenn er nicht mehr atmet, muss eine Herzmassage durchgeführt werden.

**Wie sollte eine Person sich verhalten, wenn sie während eines Notfalls den Überblick verliert?**

Wenn man vollkommen überfordert ist, kann man die Menschen um sich herum auffordern, einem zu helfen oder in den nächsten Laden gehen und dort nach Hilfe fragen.



**Katharina Albers, 15 Jahre, Schülerin.**