



## PRESSEINFORMATION

### Akuter Herz-Kreislauf-Stillstand - jede Minute zählt

#### Hand aufs Herz – im Notfall dem Leben eine Chance geben

Menschen bei Herzversagen sofort beherzt zu helfen ist Ziel des Aktionstages der Initiative „Ich kann Leben retten!“ zur bundesweiten „Woche der Wiederbelebung“ – 14.000 Hamburger Siebtklässler kostenfrei schulen – Politik, Krankenkassen und Unternehmen unterstützend als Partner einbinden.

**Hamburg, 19. September 2018.** Für Torsten S. aus Kiel war das Leben mitten im Boxtraining mit seinem Freund Olaf S. scheinbar plötzlich zu Ende. Der 57-jährige dreifache Familienvater brach bewusstlos zusammen, das Herz hörte auf zu schlagen. Kein seltener Fall – jedes Jahr sterben in Deutschland nach einem akuten Herz-Kreislauf-Versagen rund 70.000 Menschen bevor sie das Krankenhaus erreichen. Tod durch Herz-Kreislauf-Versagen zählt zu häufigsten Sterbefällen in Deutschland. In rund 70 Prozent der Fälle geschieht dies im privaten Umfeld. In Deutschland wissen 80 Prozent der Menschen nicht, was in dieser Situation zu tun ist. Sie haben Angst, etwas verkehrt zu machen und unterlassen deshalb jede Hilfeleistung.

Dabei zählt jede Minute, schnelles Handeln ist gefordert: **Nach drei Minuten** erleidet das Gehirn irreparablen Schäden, mit jeder weiteren Minute ohne Sauerstoff sinkt die Chance zu überleben um zehn Prozent. Selbst in Großstädten benötigen Notärzte durchschnittlich acht bis 15 Minuten bis zum Einsatzort. Durch **sofortige Laienhilfe** und durch Herzdruckmassage hat der Betroffene zu 75 Prozent die Chance, das Krankenhaus lebend und ohne wesentliche Schäden zu verlassen. Torsten S. aus Kiel lebt, weil sein Freund zu helfen wusste und sofort handelte bis der Notarzt eintraf.

Die 2016 in Hamburg gegründete **Initiative** „Ich kann Leben retten!“ e. V. (IKLR) will mit dem Aktionstag die Menschen darauf aufmerksam machen, wie wichtig Laienreanimation ist und sie motivieren, das notwendige Wissen zu erlernen. „Die Laienhelfer-Rettungskette ist das wichtigste Glied in der Rettungskette“, weiß der Initiator und Vorstand Dr. Martin Buchholz aus eigener Erfahrung. Der Hamburger Arzt fordert: „Das Wissen um Leben zu retten, sollte für jeden Menschen in Deutschland so **selbstverständlich und verpflichtend** sein, wie das Anlegen des Sicherheitsgurtes im Auto. Wenn wir diesen Idealzustand erreicht haben, können nach Aussagen des Deutschen Reanimationsregisters mehr als **10.000 Menschen** nach einem Herzinfarkt gerettet werden – jedes Jahr.“

**Deshalb** vermittelt die Initiative seit 2016 Erwachsenen sowie Kindern und Jugendlichen in zweistündigen Kursen lebensrettendes Notfallwissen für sofortige Laienhilfe. „Gerade **Kinder und Jugendliche** lernen sehr schnell, worauf es ankommt. Sie sind zudem leichter zu begeistern als Erwachsene“, weiß Buchholz. „Wir können mit dem Umweg über junge Menschen deren Eltern dazu animieren, ebenfalls zu lernen, was bei einem plötzlichen Herzstillstand zu tun ist.“ Auf dem **Aktionstag** in der Hafencity zeigen daher Jugendliche, wie einfach die einzelnen Schritte zur Wiederbelebung eines Menschen sind. Bisher haben bereits mehr als 5.800 Kinder und Jugendliche an einem Herzretter-Kurs teilgenommen, die sich aus Spenden und den Gebühren für Erwachsenen-Kurse finanzieren. Aktuell will der Verein bis Ende 2019 mit einer neuen, **bundesweit einzigartigen Aktion** rund 14.000 Hamburger Schüler der Klassenstufe Sieben in kostenfreien Herzretter-Kursen in ihren Schulen ausbilden. Das ehrgeizige Projekt des Vereins „Ich kann Leben retten! e.V.“ wird von der Schulbehörde und dem Landesinstitut für Lehrerbildung unterstützt. „Die Akzeptanz und Kooperation mit den Schulen ist hervorragend. **Wir fordern** daher die Politik auf, Herzretter-Kurse in allen Schulen verpflichtend einzurichten“, sagt Vorstand Buchholz.

In einem **Herzretter-Kurs** lernen die Teilnehmer in weniger als zwei Stunden, wie sie eine lebensbedrohliche Situation erkennen, was sie bei einem Notruf beachten müssen, wie sie die



## Ich kann Leben retten! e.V.

[www.ich-kann-leben-retten.de](http://www.ich-kann-leben-retten.de)



Atmung des Betroffenen sichern und die Herzdruckmassage anwenden. Sie lernen auch: ein Defibrillator (AED) ersetzt keine Herzdruckmassage. „Das Gerät sollten Laien nur unterstützend einsetzen, wenn eine zweite Person anwesend ist und den Betroffenen weiter betreut“, betont der Arzt. „Damit wir möglichst viele Menschen erreichen, bilden wir, ein Team aus Ärzten und Dozenten für Rettungswesen, theaterpädagogisch erfahrene Schauspieler als Herzretter-Trainer aus“, erklärt Dr. Buchholz das Konzept. „Sie sind hervorragende Multiplikatoren und vermitteln leicht verständlich das für Laien notwendige Wissen.“ Die **kostenfreie deutschsprachige Herzretter App** „Ich kann Leben retten!“ unterstützt Laien schrittweise, im Notfall richtig zu handeln. „Der größte Fehler ist, nicht zu helfen. Man kann nichts falsch machen, sondern nur Gutes tun.“

### Ausbau der Erwachsenen-Rettungskette als auch Schüler- und Jugendprojekte

Damit immer mehr Erwachsene und Jugendliche in naher Zukunft im Herz-Notfall helfen können, plant Vorstand Buchholz, zahlreiche staatliche Stellen auf Bundes- und Landesebene einzubinden. Beispielsweise die Gesundheitsbehörde und Ärztekammer Hamburg, Betriebskrankenkassen, Initiativen und Verbände. „Gleichzeitig wollen wir noch mehr **Unternehmen** motivieren, soziale Verantwortung zu übernehmen, und im Rahmen der Corporate Social Responsibility Herzretter-Kurse für ihre Mitarbeiter anzubieten“, kündigt er an. Darüber hinaus arbeitet das Herzretter-Team von IKLR mit dem Universitätsklinikum Hamburg (UKE) und dem Institut für Rettungs- und Notfallmedizin vom Universitätsklinikum Schleswig-Holstein (UKSH) zusammen. Aus Sicht des Hamburger Arztes ein wichtiger Schritt, denn Soforthilfe ist genau wie Medizin ein fließender Prozess – auch Konzepte für Laienreanimation entwickeln sich ständig weiter.

In der **Schüler- und Jugendarbeit** plant die Initiative im kommenden Jahr neue Projekte: In Kooperation mit der Schulbehörde schulform- und altersübergreifende Herzretter-Ausbildungen, die das UKE und UKSH wissenschaftlich begleiten. Dabei geht es darum, die Kursfrequenz und das optimale Startalter zu ermitteln. Auch die Kursinhalte und Lehrmittel, wie Übungspuppen, sollen optimieren werden. Auf Wunsch der Schulen entwickelt IKLR **Projektwochen** zum Thema Wiederbelebung sowie ein **Theaterprojekt**. „Im Herbst 2019 starten wir erstmalig eine **Kooperation** mit der „**Deutschen Gehörlosen Sportjugend**“, berichtet Martin Buchholz. „Wir planen, mit unseren in Gebärdensprache ausgebildeten Herzretter-Trainern bundesweit an circa 20 Schulen 550-700 Jugendliche im Alter von 10-18 Jahren darin auszubilden.“ Buchholz betont: „Mit unseren Projekten wollen wir dazu beitragen, dass immer mehr Menschen durch Laienreanimation im Notfall dem Leben eine Chance geben.“

**Ich kann Leben retten! e.V. (IKLR):** Dr. med. Martin Buchholz überlebte auf Reisen einen Herzinfarkt und gründete 2016 den gemeinnützigen Verein mit Sitz in Hamburg. Ziel und Aufgabe der Initiative ist es, so vielen Menschen wie möglich lebensrettendes Wissen sowie die Herzdruckmassage zu vermitteln. In zwei-stündigen Herzretter-Kursen lernen Kinder, Jugendliche und Erwachsene im Notfall beherzt zu handeln. Das ist kinderleicht. Diese Kompetenz soll zukünftig genauso zum Leben gehören, wie das richtige Verhalten im Straßenverkehr. Das kann jährlich 10.000 Menschenleben retten! Die kostenfreie deutschsprachige **Herzretter App** „Ich kann Leben retten!“ unterstützt Laien schrittweise bei Soforthilfe. Unterstützer der Initiative: Schulbehörde und Landesinstitut für Lehrerbildung und Ärztekammer in Hamburg, Privatpersonen und Sportvereine. Den Verein **fördern bundesweit** beispielsweise die Joachim Herz Stiftung, Klaus und Lore Rating Stiftung, Dorit & Alexander Otto Stiftung, Gebr. Heinemann, Saga Stiftung und HASPA Stiftung sowie der BKK - Landesverband und BKK VBU, die BKK Mobil Oil und die Edel AG die Projekte mit namhaften Beträgen. **IKLR ist Mitglied** beim „Nationalen Aktionsbündnis Wiederbelebung“ (NAWIB), im „Arbeitskreis Wiederbelebung“, und wird zu den „Bad Boll Reanimationsgespräche“ eingeladen. **Spendenkonto:** HASPA DE32 2005 0550 1002 2536 05. Der Verein bietet regelmäßig öffentliche Herzretter-Kurse an: [www.iklr.de](http://www.iklr.de).

### Pressekontakt: Elke Birke

Ich kann Leben retten! Griegstraße 73, 22763 Hamburg  
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)