

# Herzstillstand endet zu oft mit dem Tod

**Experten klären auf** Nur 15 Prozent der Menschen, die in der Region Basel einen Herzstillstand erleiden, überleben diesen. Im Tessin sind es über 50 Prozent. Weshalb ist das so? Und welche Rolle spielen Schüler dabei?

**Dina Sambar**

Was Spiel und Spass hätte sein sollen, wurde plötzlich zu einem Kampf um Leben und Tod. Mitten im EM-Fussballspiel gegen Finnland brach der 29-jährige Däne Christian Eriksen letzte Woche leblos zusammen. Zum Glück wurde er nach weniger als einer Minute wiederbelebt. Das rettete ihm wohl das Leben.

In der Schweiz erleidet im Schnitt mehr als eine Person pro Stunde einen Herzstillstand. Nur gerade 8 Prozent überleben. In der Region Basel sind es rund 15 Prozent. Doch auch diese Zahl ist viel zu tief: «Der Kanton Tessin konnte die Überlebenschance auf über 50 Prozent erhöhen. Das wäre auch in der Region machbar», sagt Céline Marchon,

Geschäftsführerin der Stiftung Ersthelfer Nordwestschweiz.

Ziel der Stiftung ist es, dass auch in der Region mehr Menschen wissen, wie sie im Notfall helfen können. Denn nur wenn innerhalb von 3 bis 5 Minuten mit der Wiederbelebung begonnen wird, können irreversible Schäden vermieden werden. Mit jeder verstrichenen Minute sinken die Überlebenschancen um 7 bis 10 Prozent. Marchon, ehemalige Rettungssanitäterin, weiss, wovon sie spricht: «In den 17 Jahren, in denen ich im Rettungsdienst war, haben nur jene Personen überlebt, die direkt bei mir ihren Herzstillstand hatten oder bei denen bereits ein Ersthelfer mit der Herzdruckmassage begonnen hatte.»

Ein Projekt der Stiftung ist die Ausbildung von Schulklassen – wie beispielsweise die Klasse M2g des Gymnasiums Münchenstein. Aus dem Schulzimmer ertönt der Bee-Gees-Song «Stayin' Alive» (lebendig bleiben). Die Schülerinnen und Schüler knien über Puppen und versuchen genau das: die Puppen im Takt des Songs mit vollem Körpereinsatz am «Leben» zu erhalten. Ein grünes Licht zeigt, ob die Herzdruckmassage tief und schnell genug ist, um das Blut in die Organe zu pumpen und das Hirn mit dem dringend nötigen Sauerstoff zu versorgen. Das scheint sehr anstrengend zu sein. Auch für die fitten 17- bis 18-Jährigen. «Allein ist es, glaube ich, unmöglich, 15 Minuten durchzuhalten, bis der Krankenwagen kommt. Wenn man sich abwechselt, geht es aber schon», sagt Schüler Luc Fischer.

Nach 15 Minuten pumpen geht es in Runde zwei. Dieses Mal nutzen die Schüler zusätzlich einen Defibrillator. Wie das geht, wird den Jugendlichen in einer Präsentation erklärt: «Defibrillatoren



Die Klasse M2g des Gymnasiums Münchenstein übt an Puppen die Herzdruckmassage. Foto: Nicole Pont

## Was tun bei Herzstillstand?

1. Wenn jemand kollabiert, bewahren Sie Ruhe und versuchen Sie, ihn anzusprechen.
2. Gibt die Person keine Antwort, kneifen Sie sie heftig.
3. Atmet der Patient nicht oder nur sehr unregelmässig, zeigt keine Lebenszeichen und reagiert auch nicht auf den Schmerzreiz, zählt jede Sekunde. Wählen Sie sofort den Notruf 144 und beginnen Sie mit der Herzdruckmassage.
4. Knien Sie neben den Patienten, legen Sie mit durchgestreckten Armen beide Hände in die Mitte des Brustbeins und drücken Sie mit voller Kraft 5 bis 6 Zentimeter tief. Richten Sie sich beim Tempo nach den Songs «Stayin' Alive» oder «Yellow Submarine» (circa 2 Stösse pro Sekunde).
5. Falls möglich, einen automatisierten externen Defibrillator (AED) einsetzen. Achtung: Der Defibrillator ist kein Ersatz für die Herzdruckmassage. (dis)

geben jedoch von sich aus ganz klare Sprachanweisungen. Sie sagen sogar, dass man Ruhe bewahren soll. Zudem wird nur ein Schock ausgelöst, wenn es ihn tatsächlich braucht», sagt Marchon.

## Lieber eine gebrochene Rippe

Die Angst, dem Leblosen noch mehr zu schaden, ist der Hauptgrund, weshalb viele Menschen an einem Herzstillstand sterben, die hätten gerettet werden können. «Natürlich ist immer die Angst da, etwas kaputt zu machen», sagt Schüler Jonas Hoffmann. Leonie Pittet findet es «megacool», dass sie nun weiss, wie sie in solchen Situationen reagieren muss: «Meine Nachbarin ist auch zusammengebrochen, und ihr konnte geholfen werden.»

Lehrer Michael Fürstenberger wurde von der Stiftung ausgebildet und gibt sein Wissen nun an

die Schüler weiter. Auch er sagt, dass es Überwindung braucht. «Doch lieber jemand hat eine gebrochene Rippe, als dass er stirbt.» Oder in den Worten von Marchon: «Ich kann nur etwas falsch machen, wenn ich nichts unternehme. Die Person hat bereits keine Lebenszeichen mehr.» Den Jugendlichen die Angst zu nehmen, ist ein Hauptaspekt der Schulung. Die grösste Hemmschwelle bei der Reanimation ist die Beatmung. Vor allem, wenn die Person zuvor erbrochen hat oder aus Mund und Nase blutet. Auf die Beatmung wird deshalb bei Ersthelfern verzichtet, da nach einem Ereignis genügend Sauerstoff im Blut ist.

Bisher arbeitete die Stiftung Ersthelfer Nordwestschweiz mit rund drei Schulhäusern pro Jahr. Am liebsten wäre es ihr, wenn die Wiederbelebungsmassnahmen Pflichtfach in allen Schulen der

Nordwestschweiz wären. Im Baselsbiet hat sie dem Bildungsrat einen entsprechenden Antrag unterbreitet. Auch in Basel-Stadt, wo sich der Kanton zum Ziel gesetzt habe, bis Ende dieses Schuljahres 10 Prozent der Lehrpersonen auszubilden, würde die Stiftung gerne mithelfen: «Der Aufwand ist gering. Es dauert nur zwei Schulstunden», so Marchon. Dass im Kanton Tessin mehr als jeder zweite Betroffene seinen Herzstillstand überlebt, hat auch damit zu tun, dass während fünf Jahren alle 14- und 15-Jährigen in der Schule in Reanimation ausgebildet wurden.

«Die Ausbildung gibt einem die nötige Sicherheit, im Ernstfall zu handeln. Doch das soll niemanden davon abhalten, Erste Hilfe zu leisten. Man kann auch ohne diese Ausbildung ein Leben retten!»