

15. September 2017

Wiederbeleben bei Herzstillstand: Nur drücken, nicht beatmen

Zur Woche der Wiederbelebung

Herzstiftung propagiert für Laien-Ersthelfer alleinige Herzdruckmassage / 65.000 Tote durch plötzlichen Herztod auch durch Verunsicherung wegen zusätzlicher Atemspende / Notfall-Tipps für Ersthelfer

Von den rund 70.000 Menschen, die jedes Jahr in Deutschland einen plötzlichen Herzstillstand erleiden, sterben etwa 65.000, weil Ersthelfer, meist medizinische Laien, nur unzureichend reanimieren oder aus Angst vor Fehlern gar nichts machen. Hinzu kommt eine sehr niedrige Ersthelferquote von nur 30 Prozent. Aber ein Herzstillstand führt in nur wenigen Minuten zum Tod, wenn nicht sofort mit der Wiederbelebung durch Herzdruckmassage begonnen wird und die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungsteams überbrückt wird. „Leider trauen sich zu viele Laien-Ersthelfer nicht mit Wiederbelebungsmaßnahmen zu beginnen, weil ihnen die Regeln zu kompliziert sind. Oder sie haben Angst sich dabei mit einer Viruserkrankung zu infizieren, weil sie die Herzdruckmassage zwingend in Kombination mit der Mund-zu-Mund-Beatmung sehen, was aber keineswegs der Fall ist“, beklagt der Notfallmediziner und Kardiologe Prof. Dr. med. Dietrich Andresen vom Vorstand der Deutschen Herzstiftung.

Laien-Reanimation muss unkompliziert sein: Nur drücken, nicht beatmen

Dabei ist die leicht erlernbare Herzdruckmassage überlebenswichtig, weil bei einem Herzstillstand ohne Wiederbelebungsmaßnahmen die Überlebenschance pro Minute um 10 Prozent sinkt. Rettungsdienste benötigen zum Unfallort mindestens 8-10 Minuten. „Diese Zeit muss durch die Herzdruckmassage von Laien überbrückt werden. Nur so hat der Patient eine reelle Überlebenschance. Dafür muss aber die Wiederbelebung so unkompliziert und niederschwellig wie nur möglich sein: mit der alleinigen Herzdruckmassage – ohne zusätzliche Mund-zu-Mund-Beatmung“, betont Prof. Andresen. Studien* belegen nämlich, dass auf die zusätzliche Atemspende verzichtet werden kann zu Gunsten einer alleinigen kontinuierlichen Herzdruckmassage. Die Deutsche Herzstiftung fordert deshalb die Studiendaten konsequent umzusetzen und für die Laien-Reanimation eine alleinige Herzdruckmassage ohne zusätzliche Atemspende.

Es ist nicht der Sauerstoff, der dem Körper in den ersten 10 Minuten nach einem Herzstillstand fehlt. Es ist

der fehlende Blutfluss, so dass der Sauerstoff nicht zum Gehirn transportiert werden kann. Durch die Herzdruckmassage wird ein solcher Blutfluss hergestellt, mit dem der Sauerstoff zum Gehirn gepumpt wird. Mehrere wissenschaftliche Studien haben diesen Punkt bereits belegt.

Problem: Herzdruckmassage unterbleibt bei Laien wegen Verunsicherung

Viele Menschen sind aufgrund der Mund-zu-Mund-Beatmung verunsichert durch Fragen wie: In welchem Verhältnis zur Herzdruckmassage muss die Mund-zu-Mund-Beatmung erfolgen? Wie war das nochmal – 30:2? Wie lange beatmen? Was ist, wenn ich etwas falsch mache? Stecke ich mich mit Viruserkrankungen (z. B. Hepatitis) an? Was, wenn er/sie erbricht, wenn ich gerade beatme? „Diese Verunsicherung bei Ersthelfern wirkt sich nicht nur kontraproduktiv auf die sofortige Reanimation der bewusstlosen Person aus, sondern führt generell zur extrem niedrigen Ersthelferquote bei plötzlichem Herzstillstand. Das wollen wir unbedingt in den Köpfen potenzieller Laien-Ersthelfer ändern.“

** Zhan L., et al., Cochrane Database Syst Rev 2017, Continuous chest compression versus interrupted chest compression for cardiopulmonary resuscitation of non-asphyxial out-of-hospital cardiac arrest.*

Bobrow, B. J. et al., JAMA 2010, Chest compression-only CPR by lay rescuers and survival from out-of-hospital cardiac arrest.

Bobrow, B. J. et al., JAMA 2008, Minimally interrupted cardiac resuscitation by emergency medical services for out-of-hospital cardiac arrest.

SOS-KANTO study group, Lancet 2007, Cardiopulmonary resuscitation by bystanders with chest compression only (SOS-KANTO): an observational study.

Eine Darstellung der einzelnen Schritte der Laien-Reanimation finden Sie unter:

www.herzstiftung.de/presse/laien-reanimtion-schritte-2017.pdf

Tipp:

Dass sich die Herzdruckmassage in weniger als einer Minute erlernen lässt, zeigt der Wiederbelebungs-Film unter www.herzstiftung.de/herzdruckmassage-in-55-sek-lernen

Ein Experten-Beitrag zur Laien-Wiederbelebung kann als kostenfreies PDF unter

www.herzstiftung.de/wiederbeleben angefordert werden.

Einen Herznotfall-Ratgeber „Was tun im Notfall?“ (22 Seiten) mit einer Darstellung der Herzinfarkt-Alarmzeichen und Erläuterungen zur Wiederbelebung für Laien bietet die Herzstiftung kostenfrei unter Tel. 069 955128-400 oder per E-Mail unter bestellung@herzstiftung.de an.