



Notfall Rettungsmed
<https://doi.org/10.1007/s10049-019-0606-0>

© Springer Medizin Verlag GmbH, ein Teil von Springer Nature 2019

Deutscher Rat für Wiederbelebung –
German Resuscitation Council (GRC) e.V.
c/o Sektion Notfallmedizin, Universitätsklinikum Ulm
Prittowitzstraße 43, 89070 Ulm
info@grc-org.de
www.grc-org.de

Redaktion
Prof. Dr. B. W. Böttiger (V.i.S.d.P.)
B. Gliwitzky (V.i.S.d.P.)
S. Wingen

News aus dem Deutschen Rat für Wiederbelebung e.V.

Die Autoren:



▲ Univ.-Prof. Dr. med. Bernd W. Böttiger, Vorstandsvorsitzender des GRC



▲ Sabine Wingen, Vorstandsreferentin des GRC

Wichtige Termine 2019

Woche der Wiederbelebung

16.09.2019–22.09.2019

ERC Congress 2019

19.09.2019–21.09.2019

Veranstaltungsort: Ljubljana Exhibition and Convention Centre, Ljubljana, Slovenien. Nähere Informationen finden Sie unter <http://www.resuscitation2019.eu/en/home/>.

GRC-Reanimationsdialog 2019 in Leipzig

27.09.2019–28.09.2019

Nähere Infos: <https://www.grc-org.de/termine>

GRC-Mitgliederversammlung in Leipzig

28.09.2019

13.00–15.00 Uhr

Die diesjährige GRC-Mitgliederversammlung wird im Rahmen des GRC-Reanimationsdialogs in Leipzig stattfinden.

World Restart a Heart Day

16.10.2019

<https://www.grc-org.de/kooperationen>

19. Kongress der Deutschen Interdisziplinären Vereinigung für Intensiv- und Notfallmedizin

04.12.2019–06.12.2019

Messe Hamburg, Messeplatz 1, 20357 Hamburg

<https://divi2019.de/>

GRC veröffentlicht Modularen Lehrerausbildungskurs für den Wiederbelebungsunterricht

Der GRC hat ein weiteres wichtiges Ziel im Jahr 2019 erreicht und nach einer zweijährigen Entwicklungs- und Erprobungsphase jetzt den ersten Modularen GRC-Lehrerausbildungskurs für den Wiederbelebungsunterricht in Schulen fertiggestellt. Durch den speziell entwickelten Kurs soll die Wiederbelebungsausbildung in den Schulen weiter ausgebaut und unterstützt werden. Den Kindern wird die Einfachheit der Wiederbelebungsmaßnahmen gezeigt. Sie können als Multiplikatoren dienen, die ihre erlernten Fähigkeiten an Familienmitglieder und Freunde weitergeben. „Ein wichtiger Meilenstein ist in diesem Zusammenhang das Statement der Deutschen Kultusministerkonferenz aus dem Jahr 2014, das die Einführung des Wiederbelebungsunterrichtes ab der 7. Klassen in allen Schulen bundesweit empfiehlt. Ich bin sehr dankbar, dass wir als GRC gemeinsam mit anderen daran beteiligt waren und jetzt muss das Ganze auch in den Schulen



▲ Vorstellung des Lehrcurriculums in einer Kölner Schule

umgesetzt werden“, erläutert der Vorstandsvorsitzende des GRC Professor Dr. med. Bernd W. Böttiger.

Die bundesweite Umsetzung soll u. a. durch die Ausbildung von Lehrerinnen und Lehrern sichergestellt werden, so sieht es auch der Beschluss vor. Bevor also die Schüler ausgebildet werden können, müssen die Lehrer auf diese Aufgabe vorbereitet werden. Der Modulare GRC-Lehrerausbildungskurs vermittelt in nur vier Stunden alle notwendigen Kompetenzen und Informationen, um den Unterricht dann eigenständig durchführen zu können. Zusätzlich werden im Rahmen des Kurses von Seiten des GRC umfangreiche Lehrmaterialien und Hintergrundinformationen zur Verfügung gestellt.

Die vollständige Editorial können Sie hier nachlesen: <https://www.grc-org.de/ueber-uns/aktuelles>.

Leben retten im Kölner Rathaus

Der GRC-Vorstandsvorsitzende Professor Dr. med. Bernd W. Böttiger hielt am 01.04.2019 im Kölner Rathaus einen Vortrag innerhalb der Reihe „Wissenschaft im Rathaus“ anlässlich der Themenwoche „Europa in Köln – wie viel steckt drin“.

Bernd Böttiger erklärte bei dieser Veranstaltung die wichtigsten Schritte einer Laienreanimation und zeigte, wie durch ein Aufklärungs- und Trainingsprogramm an Schulen die Durchführung von Reanimationsmaßnahmen auch in Deutschland nachhaltig erhöht werden kann. Wiederbelebungsmaßnahmen durch Laien seien einfach durchzuführen, erklärte Böttiger, und nannte die Merkformel HHH (Hauptsache Heftige Herzdruckmassage). „Jeder, der zwei Hände hat, kann das.“ Die Politik muss ins Boot geholt werden, so Böttiger, die Universitäten und die Schulen. Am besten sei es, die Kinder noch vor der Pubertät in Herzdruckmassage zu unterweisen. Er nannte eindrucksvolle Beispiele, wie erfolgreich das sein kann: Zehn Jahre nachdem die Dänen ein Schulgesetz eingeführt haben, wonach zwei Unterrichtsstunden pro Jahr dafür zu verwenden sind, ist Dänemark europäischer Spitzenreiter mit 60 % Laienanwendung im Ernstfall. Aber auch Deutschland hat aufgeholt. „Zu einer gesetzlichen Verpflichtung hat man sich bei uns nicht durchringen können“, bedauerte der Professor, „nur zu einer Empfehlung.“

Mit solchen Veranstaltungen versucht der GRC das Thema Wiederbelebung immer weiter voranzutreiben.

GRC veröffentlicht 10 Prinzipien zur Laienreanimation

- 1) Wenn Laien bei außerklinischem Herz-Kreislauf-Stillstand sofort, noch bevor der Rettungsdienst eintrifft, mit Reanimationsmaßnahmen beginnen, verbessert dies die Überlebens- und Genesungschance um das drei- bis vierfache.
- 2) Der erste Schritt lautet PRÜFEN: Wenn jemand zusammenbricht muss sofort geprüft werden, ob die Person auf lautes Ansprechen oder Schulterschütteln reagiert und ob die Person normal atmet. Falls keine Reaktion erfolgt und die Person gar nicht oder nicht normal atmet (nach Luft schnappen ist kein normales Atmen!), sollten unmittelbar Wiederbelebungsmaßnahmen eingeleitet werden.
- 3) Der zweite Schritt lautet RUFEN: Der Rettungsdienst muss über den Notruf informiert werden (112 in allen Ländern der Europäischen Union und anderen europäischen Ländern bzw. 911 in den USA – Anrufe an 112 werden hier an 911 weitergeleitet). Im besten Fall wird der Notruf durch eine weitere anwesende Person gewählt, um sofort und ohne Unterbrechung mit der Herzdruckmassage beginnen zu können.
- 4) Der dritte Schritt lautet DRÜCKEN: Am wichtigsten ist in dieser Situation die Herzdruckmassage. Diese funktioniert wie folgt: Der Patient liegt auf dem Rücken, der Retter kniet neben dem Brustkorb des Patienten, öffnet das Oberteil und legt die Handballen, einen über den anderen, in die Mitte des nackten Brustkorbes zwischen die Brustwarzen. Anschließend wird das Brustbein mit durchgestreckten Armen und den Schultern über dem Druckpunkt, bei Erwachsenen mindestens 5 cm und höchstens 6 cm tief, hinuntergedrückt. Nach dem Drücken des Brustbeines muss der Druck sofort komplett genommen werden. Dann drückt und entlastet man abwechselnd 100- bis 120-mal die Minute, was ungefähr 2-mal pro Sekunde entspricht. Dies ist z. B. der Rhythmus von „Staying Alive“ der Bee Gees. Die Herzdruckmassage darf bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes nicht unterbrochen werden. Wenn möglich, sollten sich die Retter alle 2 Minuten abwechseln.
- 5) PRÜFEN-RUFEN-DRÜCKEN ist eine „Bürgerpflicht“, jeder sollte wissen wie es funktioniert und sollte es im Falle eines Herz-Kreislaufstillstandes anwenden. Während der ersten Minuten nach einem Herz-Kreislauf-Stillstand haben Erwachsene meist noch genug Sauerstoff im Blut, so dass das Zeitintervall zwischen Zusammenbruch und Eintreffen des Rettungsdienstes lediglich durch eine Herzdruckmassage überbrückt werden kann. Dies führt dazu, dass der im Blut enthaltene Sauerstoff zum Gehirn fließt und somit das Gehirn am Leben hält.
- 6) Zusätzlich sollte eine BEATMUNG durch ausgebildete Laien durchgeführt werden, falls diese dazu in der Lage und dazu bereit sind. Beatmen kann die Überlebenschancen weiter erhöhen – insbesondere wenn es länger dauert bis der Rettungsdienst am Unfallort eintrifft. Darüber hinaus ist die Beatmung ein Schlüsselement für Herz-Kreislauf-Stillstände aufgrund von Sauerstoffmangel, was beispielsweise bei fast allen Neugeborenen, Babys und Kindern sowie beim Ertrinken der Fall ist.
- 7) Ungefähr 25 % der Patienten mit einem außerklinischen Herz-Kreislauf-Stillstand profitieren zusätzlich von einem automatisierten externen Defibrillator (AED). Wenn ein AED zur

Verfügung steht, sollte ein Anwesender diesen zum Unfallort holen. Die Herzdruckmassage darf jedoch niemals unterbrochen werden, um einen AED zu besorgen. Mindestens 2 Laienretter müssen bei dem Patienten bleiben und ununterbrochen die Herzdruckmassage durchführen bis der Rettungsdienst eintrifft.

- 8) Falls ein Laienretter nicht weiß wie Herzdruckmassage funktioniert oder er oder sie sich unsicher ist, sollte der Mitarbeiter der Notrufleitstelle den Laienretter bei der Herzdruckmassage anleiten bis der Rettungsdienst eintrifft (Telefonreanimation). Laien sollten in der Lage sein, den Lautsprecher ihres Handys zu aktivieren, um durchgängig von dem Leistellendisponenten angeleitet werden zu können. Es ist möglich, dass die Leitstelle über ein Handy-basiertes-System – gleichzeitig mit dem Rettungsdienst – ausgebildete Ersthelfer aktiviert, die sich in der Nähe befinden. Dies kann die Überlebenschancen weiter erhöhen.
- 9) Die stabile Seitenlage spielt beim Herz-Kreislauf-Stillstand keine Rolle. Wenn eine Person bewusstlos ist und nicht atmet oder nicht normal atmet, hat sie einen Herz-Kreislauf-Stillstand und nur eine Herzdruckmassage hilft. Wenn eine bewusstlose Person normal atmet, kann die stabile Seitenlage helfen die Atemwege offen zu halten. In diesem Fall muss die normale Atmung immer wieder sorgfältig überprüft werden und, wann immer es Zweifel gibt, mit der Herzdruckmassage und Wiederbelebungsmaßnahmen begonnen werden.
- 10) PRÜFEN-RUFEN-DRÜCKEN ist eine „Bürgerpflicht“, die wesentlich für das Überleben ist und augenblicklich, immer und von jedem durchgeführt werden muss. Dies muss überall unterrichtet werden und der Unterricht muss in der Schule beginnen. Beatmung und AED können auch helfen Leben zu retten und die Überlebensrate in besonderen Situationen weiter zu erhöhen.

Mehr als 675.000 Menschen in Wiederbelebung trainiert



Letztes Jahr wurde das erste Mal der World Restart a Heart Day am 16. Oktober in allen Ländern gefeiert. Der Tag war ein voller Erfolg. Durch die sozialen Medien konnten mehr als 12,7 Millionen Menschen erreicht werden und weltweit wurden über 675.000 Menschen in Reanimation trainiert. Auch dieses Jahr gibt es wieder einen internationalen World Restart a Heart Day

am 16.10.2019. Der GRC unterstützt die Veranstaltung und ruft zu deutschlandweiten Aktionen am 16. Oktober sowie in den Wochen zuvor und danach, also z. B. auch im September, auf. Weitere Informationen erhalten Sie über unsere Homepage <https://www.grc-org.de/kooperationen/10-2-World-Restart-a-Heart-Day>

News aus der GRC Akademie

Der Autor:



▲ Bernhard Gliwitzky, Geschäftsführer der GRC-Kursakademie

Unsere nächsten Kurstermine (Stand 02.05.2019)



Advanced Life Support Provider Kurs (ALS)

Oldenburg	14.–16.06.2019
Fürth	28.–30.06.2019
Greifswald (leider bereits ausgebucht)	29.–30.06.2019
München	05.–07.07.2019
Potsdam (leider bereits ausgebucht)	27.–28.07.2019
Mainz (leider bereits ausgebucht)	17.–18.08.2019
Berlin	24.–25.08.2019

ALS Refresher Kurse

München	06.07.2019
----------------	------------

European Paediatric Advanced Life Support Provider Kurs (EPALS)

Fürth	17.–18.07.2019
Berlin (leider bereits ausgebucht)	09.–11.08.2019
Hannover (leider bereits ausgebucht)	23.–25.08.2019

Generic Instructor Course (GIC)

Aachen	06.–07.07.2019
---------------	----------------

Immediate Life Support Provider Kurs (ILS)

Fürth	07.06.2019
Göttingen	26.06.2019
Göttingen	20.08.2019

<https://www.grc-org.de/kurse/buchung/7906>

Weitere Kurse, nähere Informationen und die Möglichkeit sich anzumelden finden Sie unter <https://www.grc-org.de/kurse/kurstermine>.