

Gesundheitsapps: Lassen Sie mich durch, ich habe eine App!

Von Leonie Sontheimer

Bei einem Herzkreislaufstillstand zählt jede Sekunde. Wenn kein sauerstoffreiches Blut mehr durch den Körper gepumpt wird, leiden die Organe. Besonders sensibel: das Gehirn. Nach nur wenigen Minuten trägt es irreversible Schäden davon. Wird der Rettungsdienst gerufen, trifft dieser im Schnitt nach knapp sieben Minuten ein. Das ist schnell, für die meisten Patienten aber zu spät. Nur jeder Zehnte überlebt. Die Überlebenschancen aber steigen enorm, wenn Familienmitglieder, Freunde oder andere zufällig Anwesende eine Herzdruckmassage machen. Grundsätzlich ist in Deutschland jeder Mensch dazu verpflichtet, [Erste Hilfe](#) zu leisten. Das Problem ist nur, dass viele Menschen nicht wissen, wie das geht. Oder sich nicht trauen, überhaupt etwas zu tun.

In Deutschland wurden 2018 nur knapp 40 Prozent bewusstloser Personen von Laien durch Wiederbelebensmaßnahmen am Leben gehalten, bis der Rettungsdienst eintraf ([Jahresbericht außerklinische Reanimation 2018 des Deutschen Reanimationsregisters: Wnent et al., 2019](#)). Zwar ist das im Vergleich zu 2010 eine deutliche Verbesserung – damals lag die so genannte Laienreanimationsquote gerade einmal bei 14 Prozent. In anderen Ländern wie den Niederlanden oder Schweden jedoch liegen die Quoten bei mehr als 60 Prozent. Dort ist es viel selbstverständlicher, dass Umstehende eingreifen, bis professionelle Ersthelfer vor Ort sind.

Dass Laien nur in vier von zehn Fällen mit der Reanimation beginnen, ist vor allem deshalb fatal, weil in Deutschland jedes Jahr mehr als 50.000 Menschen außerhalb eines Krankenhauses einen Herzkreislaufstillstand erleiden. Ursachen können etwa Herzrhythmusstörungen sein, ein Herzinfarkt, ein Schlaganfall oder eine Lungenembolie. "Wenn mehr Menschen unverzüglich Wiederbelebensmaßnahmen einleiten würden, könnten sich die Überlebenschancen der Patientinnen und Patienten verdoppeln bis verdreifachen", [schreibt die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung in einem Faktenblatt](#).

Apps sollen die Überlebenschancen erhöhen

Und genau da setzen nun immer mehr neue Apps an. Sie haben Namen wie "Mobile Retter", "Reanimation.app" oder "Emergency Eye" und sie lassen sich in zwei Kategorien einteilen. Die einen bringen freiwillige Ersthelfer so schnell wie möglich an den Ort des Geschehens. Die anderen sollen Laien im Notfall sagen, was zu tun ist. So eine App ist [die Erste-Hilfe-App des Deutschen Roten Kreuzes](#), die Laien je nach Notsituation verschiedene Handlungsanweisungen gibt. Etwas gezielter auf den Fall eines Herzkreislaufstillstandes zugeschnitten ist [die Reanimation.app](#). Im Notfall sollen Laien das Smartphone auf die Brust des Patienten legen und mit der Hand auf dem Gerät liegend eine Herzmassage durchführen. Und zwar in einem Rhythmus, den die App durch Piepsen vorgibt. Über die Sensoren könne, so der Entwickler Alexander Leuchte, das Smartphone dem Laien anzeigen, mit welcher Frequenz er drücke. Und vor allem, ob er den Brustkorb tief genug eindrückt, damit die Blutzirkulation wieder in Gang kommt.

Noch befindet sich Reanimation.app in der Testphase, sagt Leuchte. Er hat aber die Hoffnung, schließlich auch wissenschaftlich belegen zu können, dass Laien mithilfe der App eine effektivere Herzdruckmassage durchführen als ohne. Sobald dies belegt sei, möchte er die App kostenfrei auf den Markt bringen.

Daran, dass derartige Apps wirklich sinnvoll sind, gibt es jedoch Zweifel. Bernd Böttiger, Professor für Anästhesiologie an der Kölner Uniklinik und Vorsitzender des Rats für Wiederbelebung, formuliert sie so: "Laien, die plötzlich Erste Hilfe leisten müssen, sind meistens total aufgeregt. Oftmals sind es ja auch Angehörige oder Bekannte, die umgekippt sind. In so einer Situation wäre es eher schwierig, eine App zu bedienen." Er glaubt, dass eine empathische und professionelle Person am Telefon des Notrufes, die Anruferinnen sinnvolle Anweisungen gibt, besser helfe.