

STORY



Reanimieren und Leben retten!

Beherzt zugreifen und gemeinsam Leben retten - das ist Michael Schiemer, seines Zeichen Unternehmer unter anderem im Gesundheitsbereich und ehemaliger SPORTUNION-Bezirksobmann in Vöcklabruck, sowie Gernot Lettner, Fachkrankenschwester für Anästhesiemedizin und Schulungsbeauftragter für Reanimation am Klinikum Wels-Grieskirchen, ein großes Anliegen. So groß, dass sie mit ihrem Verein "Hand aufs Herz" einen Weltrekordversuch in gemeinsamer gleichzeitiger Reanimation starteten.

Jede Sekunde zählt, wenn das Herz plötzlich stehen bleibt. Österreichweit erleiden jährlich rund 12.000 Menschen einen plötzlichen Herz-Kreislauf-Stillstand. Hier kann schnelles Eingreifen und das Ergreifen rascher Reanimationsmaßnahmen Leben retten. "Wenn man beherzt zugreift und auch als Laie sofort mit einer Reanimation beginnt, kann man bis zu 1.000 Personen das Leben retten. Es zählt jedes Menschenleben und daher ist es mir persönlich auch ein sehr großes Anliegen Bewusstseinsbildung in diesem Bereich zu betreiben", erzählt Michael Schiemer.

Erste Hilfe als Schlüssel

Die zentrale Botschaft lautet dabei: Jede und jeder kann Erste Hilfe leisten und Personen im Ernstfall reanimieren. "Man kann nichts falsch machen", erklärt Schiemer. "Viele Menschen denken, dass sich die Rettungskräfte und Ärzte im Krankenhaus um einen kümmern werden, wenn man ein gesundheitliches Problem hat. Denn unsere Gesellschaft neigt beim Thema Gesundheitsvorsorge eher zur Vollkaskotalität. Doch gerade bei einem plötzlichen Herzstillstand ist jede Sekunde entscheidend für das Überleben. Bis die Rettungskräfte zum Einsatzort kommen vergehen Minuten und die Personen die als Erstes helfen können sind meist Laien. Es kann auch jemanden aus der eigenen Familie treffen und da

ist man dann froh, wenn jemand als Ersthelferin oder Ersthelfer die Courage hat und sofort mit der Reanimation beginnt", macht Schiemer auf das wichtige Thema der Ersten Hilfe aufmerksam. Denn bereits drei Minuten, nachdem ein Herz zu schlagen aufhört, kommt es zu irreversiblen Schäden im Gehirn, welche unweigerlich zum Tod führen können. Durch den Pumpvorgang, der beim Reanimieren entsteht, wird der restliche Sauerstoff zusammen mit der Mund zu Mund Beatmung im Körper behalten. "Diese Maßnahme gilt als Überbrückung bis die Profis eintreffen und dann die weitere medizinische Versorgung übernehmen können", so der im Grundberuf ausgebildete Fachkrankenschwester für Anästhesie und Intensivmedizin weiter.

Ausbaufähige Laienreanimation

Dass es sich teilweise auch um ein strukturelles und gesellschaftliches Problem handelt, machen Statistiken deutlich. Im europäischen Vergleich liegt Österreich im Bereich der Laienreanimation eher im hinteren Mittelfeld. Nordische Länder wie Dänemark, Schweden oder Norwegen liegen hingegen an der Spitze. Geschafft wurde dies durch nationale Initiativen, Bewusstseinsbildung, dem Unterrichten von Wiederbelebensmaßnahmen in Schulen oder einfacheren Leitlinien zur Laienreanimation. "Viele Personen kommen das erste und

letzte Mal mit dem Thema Erste Hilfe in Kontakt, wenn sie ihren Führerschein machen. Dabei wäre es so wichtig, diese Themen der Erste Hilfe und der Laienreanimation breiter in der Gesellschaft zu verankern.", merkt Schiemer an, "Viele Personen haben auch Hemmungen, wirklich zu helfen, weil sie Angst haben etwas falsch zu machen, die in Not geratene Person zu verletzen oder es fehlt einfach an Zivilcourage. Dabei ist es so einfach: Notruf wählen und dann nach bestem Wissen und Gewissen helfen. Gerade bei der Reanimation kann man nichts falsch machen."

Weltrekordversuch, der Zweite

Um nun auf das Thema breitenwirksam aufmerksam zu machen, starteten Schiemer und Lettner, gemeinsam mit der SPORTUNION Oberösterreich und der Unterstützung des LASK in Zusammenarbeit mit dessen Sponsoren, einen Weltrekordversuch im gleichzeitigen Reanimationstraining. 12.644 Besucher:innen waren zum Zeitpunkt der gemeinsamen Reanimation in der Raiffeisen Arena in Linz. Damit wurde der aktuelle Weltrekord, welchen die Stadt Münster mit 11.840 Schüler:innen hielt, geknackt. Neben dem Rekord ging es Michael Schiemer aber auch hier vor allem um die Botschaft: "Wir wussten, dass wir durch den LASK besonders viele Menschen erreichen können. Es freut mich natürlich sehr, dass es dieses Mal geklappt hat. 2018 hatten wir bereits einen Versuch auf der Trabrennbahn in Wels gestartet mit 5.500 Menschen." Auch wenn es damals nicht geklappt hatte, wurde trotzdem wichtige Arbeit geleistet. "Wir konnten nachweislich feststellen, dass Menschen das Leben gerettet worden ist, von Menschen, die beim ersten Rekordversuch dabei waren", freut sich Schiemer.

Erste Hilfe im Breitensport

Einer der mehr als 12.000 Besucher:innen beim Weltrekordversuch war Andreas Eichenauer. Er ist Hobbysportler und erlitt während eines Radrennens einen Herzstillstand. Durch die rasche Reaktion eines Zuschauers überlebte er. Dieses Schicksal macht nochmal deutlich, wie wichtig Erste Hilfe und Reanimation auch im Breitensport sind.

HAND AUFS HERZ

Weltrekordversuch
im gleichzeitigen
Reanimationstraining!



Fans beim Weltrekordversuch in gleichzeitiger Reanimation im Vorfeld des Cup-Spiels LASK gegen Salzburg Anfang Februar 2024.



Überlebender Andreas Eichenauer (2.v.r.) mit Vertretern des Klinikum Wels-Grieskirchen, Rettungsorganisationen, sowie des LASK bei der gleichzeitigen Reanimation.

WIE REANIMIERE ICH RICHTIG?

<p>1. SCHRITT: Bewusstsein überprüfen und Notruf absetzen</p> <p>Überprüfe zunächst, ob die Person bei Bewusstsein ist, indem du sie laut ansprichst und leicht an den Schultern rüttelst. Sollte keine Reaktion kommen, rufe um Hilfe und alarmiere den Rettungsdienst unter der Notrufnummer 144.</p>	<p>2. SCHRITT: Atmung kontrollieren</p> <p>Prüfe, ob die Person atmet, indem du den Brustkorb auf Atembewegungen kontrollierst. Auch bei Mund und Nase kannst du auf Atemgeräusche hören. Atmet die Person nicht normal, beginne mit der Reanimation.</p>	<p>3. SCHRITT: Herzdruckmassage</p> <p>Platziere deine Hände in der Mitte des Brustkorbs und drücke den Brustkorb regelmäßig 30 mal mit einer Frequenz von etwa 100 bis 120 Kompressionen pro Minute kräftig nach unten. Danach kann zweimal beatmet werden, ehe wieder mit der Herzdruckmassage fortgefahren wird.</p>	<p>4. SCHRITT: Laiendefibrillation</p> <p>Schaue, ob ein öffentlich zugänglicher Defibrillator in der Nähe verfügbar ist. Schalte diesen ein und folge anschließend den Anweisungen.</p>
---	---	---	--