

## **World Restart a Heart Day – Reanimation in Zeiten von Corona**

*Prüfen – Rufen – Drücken: Wer sofort hilft, kann Menschenleben retten. Der World Restart a Heart Day macht am 16. Oktober auf ein wichtiges Thema aufmerksam: der plötzliche Herzstillstand und die lebensrettende Erste Hilfe. Auch in Zeiten von Corona sollte die Wiederbelebung durchgeführt werden – allerdings unter Einhaltung bestimmter Schutzmaßnahmen. Wie die Reanimation genau abläuft, erklärt der Chefarzt der Notaufnahmen der Münchner Helios Kliniken.*

Jeder Mensch kann einen plötzlichen Herzstillstand erleiden. Wichtig ist, dass umgehend überlebenswichtige Sofortmaßnahmen erfolgen, auch in Zeiten der Corona-Pandemie. Ersthelfer sollten sich also nicht scheuen und im Notfall sofort mit der Ersten Hilfe beginnen. „Alles was man benötigt, um ein Leben zu retten, sind zwei Hände“, sagt Florian Heindl, Chefarzt der Notaufnahmen der Helios Kliniken München in Pasing und Perlach. „Leider haben Laien häufig Angst, bei der Wiederbelebung etwas falsch zu machen. Doch der einzige Fehler ist, nichts zu tun.“ Zusätzliche Sicherheitsmaßnahmen schützen vor einer SARS-CoV-2-Infektion. Um die Ansteckungsgefahr mit dem Corona-Virus zu mindern, sei es wichtig, eine Maske zu tragen und sich nach der Reanimation die Hände zu waschen oder zu desinfizieren, so Heindl. Er rät, den Mund des Betroffenen zudem mit einem Kleidungsstück zu bedecken.

### **Im Notfall richtig handeln**

Die Formel „Prüfen – Rufen – Drücken“ gilt auch während der Corona-Pandemie, doch die einzelnen Schritte wurden etwas angepasst. Fehlt bei einer bewusstlosen Person die Reaktion auf Ansprache und Berührung, erfolgt die Kontrolle der Atmung. Diese Kontrolle beschränkt sich auf das Beobachten des Brustkorbs – und nicht wie bisher, indem der Helfer sein Ohr unmittelbar an Mund und Nase des Patienten hält. Auch auf ein Überstrecken des Nackens oder Öffnen des Mundes, um eine Atemwegsverlegung zu überprüfen, kann im Sinne des Schutzes vor Infektionen verzichtet werden. „Sind keine Bewegungen erkennbar, kann man davon ausgehen, dass der Betroffene nicht atmet. Dann sollte sofort unter 112 der Rettungsdienst alarmiert werden“, erklärt Heindl. Anschließend müsse unverzüglich mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung begonnen werden. „Im Rahmen der Wiederbelebung durch

Laien wird beim Erwachsenen bereits seit 2015 die Beatmung generell nicht mehr empfohlen. Bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes ist eine dauerhafte Herzdruckmassage der entscheidende Faktor, um die Überlebenschance zu verbessern“, so Heindl. Diese erfolgt mit einer Frequenz von 100 bis 120 Mal pro Minute und einer Drucktiefe von fünf bis sechs Zentimetern. Der Chefarzt hat dazu noch einen besonderen Tipp: „Die Lieder ‚Staying Alive‘ von den Bee Gees oder ‚Yellow Submarine‘ von den Beatles entsprechen dem richtigen Rhythmus einer Herzdruckmassage. Am besten summt man eines davon im Kopf mit, um das richtige Tempo automatisch beizubehalten.“

### **Wiederbelebung von Kindern**

Bei Kindern, die wiederbelebt werden müssen, spielt die Beatmung eine ganz besondere Rolle. „Das liegt daran, dass bei Kindern meist zuerst die Atmung ausfällt und es infolgedessen zum Kreislaufstillstand kommt. Somit enthalten Lunge und Blut nicht mehr ausreichend Sauerstoff, weshalb dieser zugeführt werden muss“, erklärt der Notfallmediziner. Der Nutzen einer Beatmung ist für die Überlebenschance der Kinder als deutlich höher einzustufen. „Weil es sich in vielen Fällen um die eigenen Kinder handelt, ist ein Infektionsrisiko für den Ersthelfer überschaubar. Daher wird dieser nicht zögern, die Beatmung durchzuführen“, sagt Heindl.

Der World Restart a Heart Day findet seit 2018 unter der Schirmherrschaft des International Liaison Committee on Resuscitation (ILCOR) sowie des Deutschen Rates für Wiederbelebung immer am 16. Oktober statt. Ziel ist es, weltweit so viele Menschen wie möglich in Wiederbelebungsmaßnahmen zu schulen.

---

Die Helios Kliniken München bieten an ihren Standorten München West in Pasing sowie in Perlach eine kompetente Versorgung auf Universitätsniveau – unter anderem mit einer umfassenden Notfallversorgung rund um die Uhr. Beide Kliniken verfügen zusammen über 562 Betten und sind akademische Lehrkrankenhäuser der Ludwig-Maximilians-Universität München. Jedes Jahr vertrauen etwa 27.000 stationäre sowie weitere 39.500 Patientinnen und Patienten der Erfahrung und Expertise der insgesamt rund 1.200 Beschäftigten. Neben der medizinischen und pflegerischen Qualität schätzen sie insbesondere die kurzen Wege sowie die persönliche, familiäre Atmosphäre.

Helios ist Europas führender privater Krankenhausbetreiber mit insgesamt rund 110.000 Mitarbeitern. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Kliniken in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien. Rund 21 Millionen Patienten entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2019 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von 9,2 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über 86 Kliniken, 123 Medizinische Versorgungszentren (MVZ) und sieben Präventionszentren. Jährlich werden in Deutschland rund 5,6 Millionen Patienten behandelt, davon 4,4 Millionen ambulant. Helios beschäftigt in Deutschland fast 69.000 Mitarbeiter und erwirtschaftete 2019 einen Umsatz von rund sechs Milliarden Euro. Helios ist Partner des Kliniknetzwerks „Wir für Gesundheit“. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 51 Kliniken, 71 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 15,4 Millionen Patienten behandelt, davon 14,6 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt rund 37.500 Mitarbeiter und erwirtschaftete 2019 einen Umsatz von über drei Milliarden Euro.

Helios Deutschland und Quirónsalud gehören zum Gesundheitskonzern Fresenius.

**Pressekontakte:**

Marten Desevyve  
Pressesprecher  
Helios Klinikum München West  
T: (089) 8892-2432  
E: [marten.desevyve@helios-gesundheit.de](mailto:marten.desevyve@helios-gesundheit.de)

Anouk Joester  
Pressesprecherin  
Helios Klinik München Perlach  
T: (089) 67802-202  
E: [anouk.joester@helios-gesundheit.de](mailto:anouk.joester@helios-gesundheit.de)