



Aktueller Begriff

Internationaler Tag und Woche der Wiederbelebung

Am 16. Oktober 2013 fand erstmals der **Europäische Tag der Wiederbelebung** (European Restart a Heart Day) mit der Unterstützung des Europäischen Parlaments statt. Er geht seit dem 16. Oktober 2018 im jährlichen Internationalen Tag der Wiederbelebung (World Restart a Heart Day) auf, unter der Schirmherrschaft fachlicher Netzwerke, wie des International Liaison Committee on Resuscitation (ILCOR), des European Resuscitation Council (ERC) sowie des Deutschen Rates für Wiederbelebung (German Resuscitation Council - GRC). In Deutschland findet seit 2013 zusätzlich jedes Jahr im September, dieses Jahr ab dem 20. September, die **Woche der Wiederbelebung** unter der Schirmherrschaft des Bundesministeriums für Gesundheit (BMG) mit diversen Aktionen statt. Der Tag und die Woche der Wiederbelebung haben zum Ziel, die Aufmerksamkeit für das Thema Wiederbelebung durch Laien zu erhöhen und zugleich einen wichtigen Beitrag zu leisten, die Ersthelferquote zu steigern.

Bei einem **Herz-Kreislauf-Stillstand** kommt es – z. B. aufgrund eines Herzinfarkts oder einer Lungenarterienembolie – zu einem Stopp der Pumpfunktion des Herzens und der Blutkreislauf gelangt zum Stillstand. Das Gehirn wird nicht mehr mit Sauerstoff versorgt und seine Zellen beginnen nach drei bis fünf Minuten abzusterben. Der Herz-Kreislauf-Stillstand stellt damit einen zeitkritischen, lebensbedrohlichen Notfall dar. Mit einer schnell einsetzenden Herzdruckmassage, idealerweise im Wechsel mit einer Beatmung, kann oftmals erreicht werden, dass der Restsauerstoff im Blut zirkuliert und Betroffene wiederbelebt werden können. Die Zeit zwischen Eingang des Alarms bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes am Einsatzort betrug im Jahr 2020 im Mittel sechseinhalb Minuten, während ein Viertel der Notfallpatienten nach acht Minuten erreicht wurde. Ein Beginn der Wiederbelebung durch Laien bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes verbessert damit die Überlebensrate entscheidend. Ein Defibrillator hilft bei lebensbedrohlichen Herzrhythmusstörungen, die das Gerät erkennen kann. Er kann als zusätzliche Hilfe durch eine zweite Person herbeigeholt werden.

Nach aktuellen Zahlen des Deutschen Reanimationsregisters wurden in Deutschland im Jahr 2020 bei ca. **60.000 Patienten** nach einem plötzlichen Herz-Kreislaufstillstand außerhalb eines Krankenhauses durch den Rettungsdienst **Reanimationsversuche** unternommen. Davon waren rund zwei Drittel Männer und ein Drittel Frauen. Das Durchschnittsalter lag bei 69,6 Jahren. Der weit überwiegende Teil der Reanimation fand im häuslichen Umfeld (ca. 65 Prozent) und nicht in der Öffentlichkeit (ca. 19 Prozent) statt. Die **Laienreanimationsquote** lag – wie im Vorjahr – bei rund **40 Prozent**. Dies stellt im Zeitverlauf bereits eine deutliche Verbesserung dar: So lag die Laienreanimationsquote in Deutschland 2008 bei rund 16 Prozent, im Jahr 2014 bereits bei etwas über 30 Prozent. Dennoch liegt Deutschland im Vergleich mit einem Durchschnitt der europäischen Länder von 58 Prozent immer noch im unteren Bereich. Die Niederlande und Schweden etwa weisen eine Quote von bis zu 80 Prozent auf.

Der Schulausschuss der Kultusministerkonferenz hatte den Bundesländern 2014 empfohlen, in den Schulen ab der siebten Jahrgangsstufe zwei Unterrichtsstunden pro Jahr dem Thema Wiederbelebung zu widmen. Dies wurde zum Teil in Form von Projekten, so z. B. in Bayern und in Mecklenburg-Vorpommern umgesetzt, jedoch nicht verpflichtend und nicht flächendeckend. Auch der derzeitige Koalitionsvertrag in Nordrhein-Westfalen (NRW) nimmt explizit Stellung zur **Schulbildung in der Laienreanimation**. In der Folge wurden im Rahmen eines Projektes bereits mehr als 40.000 Schülerinnen und Schüler aus 249 Schulen in NRW in Wiederbelebung trainiert. Eine entsprechende Evaluation kommt jedoch zum Ergebnis, dass eine gesetzliche Verpflichtung und Finanzierung von Wiederbelebungstrainings für eine flächendeckende Durchführung an Schulen unerlässlich seien. Im Jahr 2015 rief der Gesundheitsausschuss des Deutschen Bundestages dazu auf, vermehrt Laien darin zu schulen, die Reanimation bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand durchzuführen: „Jeder kann lernen, Leben zu retten. Wiederbelebung muss zur Selbstverständlichkeit in Familie, Schule, Arbeit sowie im Sport- und Freizeitbereich werden.“ Ebenso setzt sich das im Herbst 2016 mit Unterstützung des BMG ins Leben gerufene und von der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) koordinierte **„Nationale Aktionsbündnis Wiederbelebung (NAWIB)“** – ein Zusammenschluss von 13 Gründungsmitgliedern aus Fachgesellschaften, Verbänden und Hilfsorganisationen – für eine Verbreitung des Wissens über Laienreanimation ein. Es will deutlich machen, dass Wiederbelebung nicht schwierig ist und es entscheidend ist, überhaupt zu handeln. Ziel des NAWIB ist es zudem, die bestehenden Maßnahmen zur Wiederbelebung in Deutschland zu bündeln und ebenfalls, die Laienreanimationsquote zu steigern.

Aktuell fordert der GRC die Politik auf, in den Gesundheitssystemen **Reanimations-Schulungen für große Teile der Bevölkerung** (Nachbarschaft, Stadt, Region, Teile von oder ganze Nation) zu verankern. Erneut wird ein flächendeckendes, jährliches Laientraining für Schulkinder angeordnet. Zudem sei es erforderlich, dass die Politik den Ausbau hilfreicher Technologien wie Smartphone-Apps unterstütze. Wert legt der GRC dabei auf **Ersthelfer-Apps**, die Personen – auch ungeschulte Laien – in der Nähe eines vermuteten Herz-Kreislaufstillstands alarmieren. So entwickelte die Europäische Gesellschaft für Herzrhythmusstörungen mit Partnern – darunter das Universitätsklinikum Schleswig-Holstein – die App „Meine-Stadt-rettet“. Teils als problematisch beurteilt werden dagegen Ersthelfer-Apps, die im Notfall Laien anleiten wollen: In einer Notfallsituation besonders mit kollabierten Angehörigen könne es schwierig sein, diese zu bedienen. Hier könne eine professionelle Person am Telefon des Notrufes, die Anrufer sinnvolle Anweisungen gibt, vermutlich besser helfen.

Quellen und Literatur

- Deutscher Rat für Wiederbelebung - German Resuscitation Council (GRC) e.V., abrufbar unter: [Deutscher Rat für Wiederbelebung - German Resuscitation Council \(GRC\) e.V. \(grc-org.de\)](https://www.grc-org.de), Deutsche Laienreanimationsquote bleibt unverändert. GRC setzt neue Ziele bis 2025, Pressemitteilung vom 21. Juni 2021, abrufbar unter: https://www.grc-org.de/files/Newsreleases/document/PM_Laienreanimationsquote_21.06.2021.pdf sowie Reanimation 2021, Leitlinien kompakt des Europäischen Resuscitation Council 2021, abrufbar unter: https://www.grc-org.de/downloads/Leitlinien%20kompakt_final_02.06.2021.pdf.
- Fischer/Wnent et al., Öffentlicher Jahresbericht 2020 des Deutschen Reanimationsregisters: Außerklinische Reanimation 2020, abrufbar unter: <https://www.reanimationsregister.de/downloads/oeffentliche-jahresberichte/rettungsdienst/180-ausserklinischer-jahresbericht-2020/file.html> sowie unter: https://www.ai-online.info/images/ai-ausgabe/2021/06-2021/AI_06-2021_Jahresbericht.pdf.
- Deutsche Herzstiftung, Corona-Zeiten: Keine Scheu vor lebensrettender Herzdruckmassage, Pressemeldung vom 5. Mai 2020, abrufbar unter: [Corona-Zeiten: Keine Scheu vor lebensrettender Herzdruckmassage! | Deutsche Herzstiftung e.V.](https://www.herzstiftung.de/Corona-Zeiten-Keine-Scheu-vor-lebensrettender-Herzdruckmassage!)
- Felzen/Schröder et al., Evaluation des Projekts zur Einführung von Laienreanimation an Schulen in Nordrhein-Westfalen, in: Der Anaesthetist volume 70, pages383–391 (2021), abrufbar unter: <https://link.springer.com/article/10.1007/s00101-020-00889-1>.