

Es geht ums Ganze

Das Interview: Motorradfreunde Murrhardt greifen Angebot des Vereins „15 Minuten fürs Überleben“ zur Notfallhilfe-Schulung auf

Der Anlass ist zufällig, aber zugleich auch nicht: Wolfgang Bunk von den Motorradfreunden Murrhardt lernt bei einem Rennsportevent in Stuttgart Notarzt Peter Cartes kennen, der sich in der Notfallhilfe für Laien engagiert. Ähnlich wie im Rems-Murr-Kreis hat er mit Kollegen die Initiative ergriffen und den gemeinnützigen Verein „15 Minuten fürs Überleben e. V.“ gegründet, um Menschen zu informieren und zu schulen, was die Motorradfreunde nun in Anspruch nehmen. Auch Interessierte können sich anschließen.

VON CHRISTINE SCHICK

MURRHARDT. Im Interview spricht Peter Cartes sich für ein Umdenken aus. Er plädiert dafür, sich dem immer noch tabubehafteten Thema zu stellen und die Notfallhilfemaßnahmen zu vereinfachen.

Gab es einen konkreten Anlass, dass Sie sich als Notarzt für den Verein „15 Minuten fürs Überleben e. V.“ und die angeschlossene Akademie engagieren, die Kurse für Notfallhilfemaßnahmen und Reanimation anbieten?

Es ist so, dass man als Notarzt oder als Rettungsdienstmitarbeiter, ich spreche auch für Joachim Böttinger, mit dem ich den Verein initiiert habe, im Laufe der Berufsjahre immer wieder zu Notfällen kommt und feststellen muss, es hat keiner den Mut gehabt, zu reanimieren. Und dadurch sind für einen Patienten die wertvollen ersten Minuten verstrichen, die man durch nichts mehr aufholen kann. Das kann beispielsweise bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand Hirnschäden oder eben auch den Tod bedeuten. Man ist frustriert und sagt sich, hätte doch nur einer etwas getan, wäre diesem Menschen zu helfen gewesen. Betroffenen sind ja nicht immer nur ältere Menschen, es können auch Mittvierziger sein. Wir haben festgestellt, dass unser System hier nicht richtig greift, und den Verein gegründet. Es geht im Kern darum, aufzuklären und zu schulen.

Jetzt werden Sie oder Kollegen in Murrhardt sein, um dies den Motorradfreunden anzubieten. Würden Sie sagen, Biker sind eine typische Klientel, weil sie häufiger mit teils schweren Unfällen zu tun haben oder sich der Gefahr bewusst sein müssen?

Ich denke schon. Wir haben auch einen Partner, die Rennleitung 110 e. V., das ist ein Motorradverein, den Polizisten gegründet haben und der Präventionsarbeit für Biker und Autofahrer leistet. Gerade bei Motorradfahrern findet man eine sehr aufmerksame Klientel. Die sind, dadurch, dass ihnen bewusst ist, dass Motorradfahren nicht ganz ungefährlich ist, auch offener dafür, sich vorzubereiten.

Sie schlüsseln auf der Vereinshomepage Daten auf, die zeigen, dass es Riesenunterschiede zwischen Ländern in Bezug darauf gibt, ob im Notfall reanimiert wird. In Deutschland sind es 30 Prozent, in den Niederlanden 70 Prozent. Wie ist das zu erklären?

Der entscheidende Unterschied ist, wie das in der Gesellschaft verankert ist und wie offen damit umgegangen wird. In Deutschland ist das immer noch ein Stück weit ein Tabuthema. Es wandelt sich aber. In den Niederlanden gibt es Laienhilfe beziehungsweise Reanimationsmaßnahmen beispielsweise schon als Schulfach. Die Kinder lernen das ab einem gewissen Alter, was bedeutet, selbstverständlich mit dem Thema umzugehen. Deshalb liegt die Laienreanimationsquote viel höher als in Deutschland. Aber die 30 Prozent sind eigentlich schon ein ganz guter Erfolg. Damit stehen wir schon deutlich besser da als vor fünf Jahren. Da waren es nämlich noch 18 Prozent. Die Steigerung ist mitunter den vielen Impulsen, auch von unseren Fachgesellschaften und anderen Vereinen, zu verdanken, die die Aufmerksamkeit der Menschen gesteigert haben. In einzelnen baden-württembergischen Schulen wird Reanimation



Notarzt Peter Cartes (links) und Notfallsanitäter Joachim Böttinger (rechts) haben den Verein „15 Minuten fürs Überleben“ aus der Taufe gehoben. Es geht ihnen um ein kompaktes, leicht verständliches Training, das Menschen befähigt, im Notfall lebenswichtige Handgriffe vorzunehmen. Foto: privat

schon gelehrt, wenn das fest verankert wird, dann werden wir bessere Prozentzahlen bekommen. Aber bis dahin werden noch einige sterben müssen.

Das heißt, Sie werden dranbleiben, auch um die Menschen zu trainieren, die schon aus der Schule draußen sind?

Unbedingt. Ich will ja auch, dass wenn es mir mal schlecht gehen sollte, jemand da ist, der weiß, was er tun kann.

Welche ganz praktischen Handgriffe und Hilfsmaßnahme vermitteln Sie? Können Sie ein Beispiel nennen?

Grundsätzlich ist unser Ansatz, in Schulungen die Handgriffe und Maßnahmen so einfach wie nur möglich zu gestalten. Bisher standen oft komplexe Handlungsabläufe auf dem Plan, aber das verunsichert Laien. Wir versuchen, die wichtigsten Punkte auf wenige, konkrete Schritte zu reduzieren. Beispielsweise bei der Reanimation sind es drei Punkte: Prüfen, Rufen, Drücken. Man muss prüfen, ob reanimiert werden muss, und das ist sehr einfach, in dem man schaut, ob der Mensch bei Bewusstsein ist und atmet. Wenn das nicht der Fall ist, muss man die 112 rufen und Menschen in der Nähe, die einen unterstützen können. Dann heißt es drücken, also eine Herzdruckmassage zu machen.

Man muss also nicht mehr beatmen?

Genau. Wer es beherrscht und geübt hat, kann es selbstverständlich tun. Aber es ist für Ungeübte auch möglich, nur zu drücken und das senkt die Hemmschwelle ungemein. Mit dieser Vereinfachung, in einer Frequenz von 100 bis 120 pro Minute den Brustkorb fünf Zentimeter tief einzudrücken, den Kopf dabei etwas überstreckt zu halten und damit dafür zu sorgen, dass der Rest des Sauerstoffs aus der Lunge im Körper und Gehirn gut verteilt wird, hat man die Überlebenschance schon um einige Minuten verlängert. Das reicht in der Regel für den Rettungsdienst, nahtlos anzusetzen.

Inwiefern spielt es eine große, wenn nicht zentrale Rolle, jemand die Angst zu nehmen, etwas falsch zu machen?

Das ist die größte Hürde. Menschen reagieren in Situationen, die sie nicht kennen, erst mal zurückhaltend. Wir beobachten eins immer wieder. Wenn sich jemand traut, die Distanz zum Patienten zu verringern, spricht den Abstand von drei Metern auf einen halben Meter reduziert und zu ihm in die Hocke geht, dass dann fast alles von alleine passiert und man gar nicht mehr groß anleiten

muss. Das heißt, der gesunde Menschenverstand übernimmt und die Beteiligten machen die richtigen Schritte von ganz alleine. Nur der Mut muss da sein, nah heranzugehen. Heutzutage ist es leider eher so, dass die drei Meter Abstand dazu genutzt werden, um das Handy zu zücken und die Szenerie aufzunehmen.

Ich habe die Faustregel im Kopf, dass es besser ist, zumindest zu versuchen, etwas zu tun, als sich passiv zu verhalten. Gilt das wirklich immer oder gibt es auch Ausnahmen?

Ja, es gibt Ausnahmen. Aber auch da setzt der normale Menschenverstand Warnsignale. Ein Beispiel wäre ein Patient mit einem schweren Trauma. Lassen Sie es einen Sturz sein oder einen schweren Motorradunfall, bei dem man davon ausgehen muss, dass die Wirbelsäule verletzt ist. Da sollte man vorsichtiger agieren. Aber wenn der Patient einen Herz-Kreislauf-Stillstand hat und nicht mehr atmet, ist auch die Wirbelsäule in dem Moment zweitrangig. Er wird sterben, wenn man nichts tut. Dem entsprechend gilt, bei wirklich lebensbedrohlichen Zuständen besser zu handeln, als nichts zu tun. Von den Fällen – es gibt Statistiken dazu –, die uns im Rettungsdienst begegnen, würden rund 50 Prozent überleben, wenn eine Laienreanimation erfolgt wäre. Das sind gigantische Zahlen, gemessen an dem, was wir an einer Steigerung unserer Leistungsfähigkeit im professionellen Bereich durch verbesserte Abläufe erreichen können.

Was würden Sie sagen, wie viel regelmäßige Übung braucht es, um seine Sache als Laie einigermaßen gut zu machen und eine gewisse Sicherheit zu haben?

Auch dazu gibt es mittlerweile gute Studien. Sie besagen, dass schon zwölf Wochen nach einem Kurs die Sicherheit in den Handlungen abnimmt. Die Autoren empfehlen, dass man zumindest einmal jährlich für zwei Stunden üben sollte, um alle lebensrettenden Maßnahmen sicher durchführen zu können.

Wer sich gerne in diese Richtung fit machen möchte, für den aber Ihr Verein außer Reichweite liegt, was empfehlen Sie ihm?

In jedem Ort gibt es Hilfsorganisationen wie das DRK, die Malteser, Johanniter, den ABS und weitere. Oft basiert das Kursangebot allerdings leider noch auf dem bisherigen Erste-Hilfe-Standard. Leider deswegen, weil die Kurse meiner Meinung nach fachlich überladen sind. So ein Kurs dauert sechs bis neun Stunden, das heißt, für interessierte Bürger wäre das ein ganzer Samstag. Wer investiert

das in unserer heutigen Zeit? Nur noch die absoluten Enthusiasten. Hinzu kommt die Stofffülle, die dem Laien Schwierigkeiten macht, weil er nicht entscheiden kann, was wichtig und weniger wichtig ist. Ich finde, da muss ein Umdenken stattfinden, die Kurse kompakter zu konzipieren. Wir kürzen das auf 90 Minuten, in denen wir nur die lebensrettenden Maßnahmen vermitteln. Wer später mehr machen möchte, um so besser, dem steht der komplette Erste-Hilfe-Kurs offen.

Bei uns im Kreis ist eine vergleichbare Initiative entstanden. Es hat sich der Verein „Gemeinsam gegen Herzinfarkt“ gegründet, dem Kliniken, der DRK-Kreisverband, die Deutsche Herzstiftung und die AOK angehören, und über den auch Trainingsmaßnahmen angeboten werden. Würden Sie sagen, man kann hier schon von einem Trend sprechen?

Ja, das zeigen auch die verbesserten Prozentzahlen. Was den vielen engagierten Menschen mit zu verdanken ist, die sich sagen, es kann doch nicht sein, dass wir in Deutschland auf den letzten Plätzen bei Reanimationsmaßnahmen sind, und etwas unternehmen. Ich finde es superklasse, dass es Engagierte im Rems-Murr-Kreis gibt. Vielleicht besteht irgendwann mal die Gelegenheit, sich auszutauschen oder gegenseitig zu unterstützen. Konkurrenz gibt es in dem Fall ja sowieso nicht.

Info

Kursangebot und Verein

- Der Kurs „15 Minuten fürs Überleben – Was tun, bis der Notarzt kommt“ findet am Samstag, 4. November, um 19.30 Uhr im Saal des Gasthofs Engel am Murrhardter Marktplatz statt. Die Motorradfreunde öffnen ihn für Interessierte (solange die Plätze reichen). Die Gebühr beträgt für Nichtmitglieder 10 Euro. Wer Interesse hat, kann sich bei Wolfgang Bunk via E-Mail: wbunk2912@aol.com oder bei Ulrich Burr unter Telefon 0 71 92 / 90 05 47 melden.
- Weitere Infos zum gemeinnützigen Verein „15 Minuten fürs Überleben e. V.“ sowie die Möglichkeit, ihn bei der Arbeit durch Spenden zu unterstützen, im Netz unter www.15-min-fuers-ueberleben.de.
- Auch Firmen haben die Möglichkeit, solche Kurse zu belegen. Hierzu gibt es speziell die „AKADEMIE 15 Minuten fürs Überleben“: www.akademie-15-min.de.