



Logo

Notfallkonzept der Herzgruppe ((Name))

Ziel

Erleidet ein Herzgruppenmitglied während einer Aktivität in unserer Herzgruppe einen Herz-Kreislauf-Stillstand oder eine sonstige akute gesundheitliche Krise, soll mit dem Notfallkonzept koordiniertes, rasches und richtiges Handeln sichergestellt werden. Das Notfallkonzept der Herzgruppe ((Name)) legt das Vorgehen dafür fest. Mindestens eine verantwortliche Person in der Herzgruppe muss im CPR (AED) - Einsatz ausgebildet sein. Die Inhalte davon sind hier nicht im Detail aufgeführt. Der festgelegte Ablauf soll möglichst bei allen Herzgruppenmitgliedern verankert werden und die Kenntnisse davon werden regelmässig überprüft.

Notruf und Information	Institution bzw. Personen mit Namen, Vornamen, Funktion	Mobiltelefon, Telefon
Alarmierung	Notruf	CH: 144 Europa: 112
Im Falle eines Notfalls zusätzlich zu informieren	Spital Herzgruppenarzt Herztherapeut	
Information von Angehörigen	Gemäss persönlichen Angaben	

Richtiges Verhalten im Notfall (Herz-Kreislauf-Stillstand) vor Ort

Für die Herz-Lungen-Wiederbelebung gilt der **Ablauf Reanimation für Ersthelfer**.

Wichtig: Um im Notfall rasch und koordiniert handeln zu können, ist in unserer Herzgruppe festgelegt, welche Person(en) für welche Aufgaben zuständig sind. Die Herzgruppe ((Name)) nimmt in unterschiedlicher Zusammensetzung verschiedene Aktivitäten wahr. Das ist bei der Festlegung der Personen und ihren Aufgaben berücksichtigt.

Das Notfallkonzept mit der Aufgabenzuteilung wird den Teilnehmenden der Herzgruppe ((Name)) zur Kenntnis gebracht und, soweit möglich, mit ihnen besprochen. Das gemeinsame Besprechen und die Gelegenheit Fragen zu stellen, soll ihnen die Sicherheit geben, dass die Verantwortlichen an diese Möglichkeit gedacht und sich alle notwendigen Vorkehrungen überlegt haben.

Es wird periodisch überprüft, ob die Bestimmungen unseres Notfallkonzepts bei den Teilnehmenden noch präsent sind und ob die einzelnen Personen noch in der Lage sind, die ihnen zugewiesenen Aufgaben zu übernehmen.

Richtiges Verhalten bei Herz-Kreislauf-Stillstand

- Hilfe rufen, Notrufnummer 144 (112) kontaktieren
- AED holen lassen, sofern vorhanden
- unverzüglich mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung (BLS) beginnen

Richtiges Verhalten bei Herzinfarkt und Hirnschlag

- Alarmieren Sie in der Schweiz den Notruf 144 (europäische Notrufnummer 112).
- Geben Sie Adresse (Standort), Name und Alter des Patienten bekannt.
- Lagern Sie den Patienten mit leicht angehobenem Oberkörper auf einer festen Unterlage oder am Boden (mit Kissen oder gerollter Decke unter dem Nacken).
- Öffnen Sie enge Kleider, Krawatte oder Büstenhalter.
- Beleuchten Sie in der Nacht Wohnung, Treppenhaus und Haustür.
- Bitten Sie einen Nachbarn, die Ambulanz einzuweisen, während Sie beim Patienten bleiben und ihn beruhigen.



Logo

Warnsignale und Symptome bei Herz-Kreislauf-Stillstand

- das Opfer fällt um oder sinkt im Stuhl zusammen
- keine Reaktion auf lautes Ansprechen und Schütteln
- keine Atmung

Warnsignale und Symptome bei Herzinfarkt

- heftiger Druck und klemmende, beengende oder brennende Schmerzen in der Brust (Dauer länger als fünfzehn Minuten), oft verbunden mit Atemnot und Todesangst
- manchmal Ausstrahlung des Schmerzes in den ganzen Brustkasten, gegen beide Schultern, Arme, den Hals, Unterkiefer oder Oberbauch
- mögliche Begleitsymptome sind blasse, fahle Gesichtsfarbe, Übelkeit, Schwäche, Schweissausbruch, unregelmässiger Puls
- der Schmerz ist unabhängig von Körperbewegungen oder der Atmung und verschwindet auch nach Einnahme von Nitroglyzerin nicht

Die Symptome sind nicht immer so eindeutig wie vorgängig beschrieben. Oft werden sie von den Betroffenen nur als Schwäche, Atemnot oder Erschöpfung wahrgenommen, manchmal sogar als Muskelkater, Magenverstimmung, Zahnweh, Rheuma oder Rückenschmerzen fehlgedeutet. Besonders (ältere) Frauen und Diabetiker weisen häufig wenig ausgeprägte, atypische Symptome auf. Manche Patienten wollen sich auch nicht eingestehen, dass sie einen Infarkt haben. Wenn Sie deshalb einen Herzinfarkt vermuten, übernehmen Sie die Verantwortung. Rufen Sie – wenn nötig auch gegen den Willen des Patienten – den Notruf 144.

Warnsignale und Symptome bei Hirnschlag

- plötzliche Schwäche, Lähmung oder Gefühlsstörung, meist nur auf einer Körperseite (Gesicht, Arm oder Bein)
- plötzliche Blindheit (oft nur auf einem Auge), Doppelbilder
- plötzlicher Verlust der Sprechfähigkeit oder Schwierigkeiten, Gesprochenes zu verstehen
- heftiger Drehschwindel, verbunden mit Gehunfähigkeit
- plötzlich auftretender, ungewöhnlicher, heftiger Kopfschmerz

Empfohlene Ausrüstung für Herzgruppen-Aktivitäten

- Obenstehende Liste zu Notruf und Information
- Mobiles Telefon und Akku (Netzabdeckung überprüfen)
- Medikamente wie z.B. Nitroglyzerin
- Wenn möglich automatischer, externer Defibrillator (AED)
- Wasser, Verpflegung
- Passende Bekleidung, insbesondere Schuhe sowie Sonnen- und Regenschutz