



Notfallkonzept für Herzgruppen

Inhalt

Im Notfallkonzept wird das richtige Handeln im Notfall festgehalten. Kommt eine Person während einer Aktivität in der Herzgruppe in eine Notfallsituation, ist der Ablauf der Rettungskette gesichert – vom Notfall bis hin zum Eintreffen des Rettungsdienstes.

Herzgruppen-Therapeuten

- Die Therapeuten* weisen sich aus mit einer gültigen Ausbildung Basic Life Support BLS und Automatische Externe Defibrillation AED, anerkannt vom Swiss Resuscitation Council SRC.
- Der Herzgruppe verfügt über einen Automatischen Externen Defibrillator AED. Dieser wird gemäss Betriebsanleitung gewartet und geprüft. Alle Therapeuten sind in der Anwendung des AED-Gerätes geschult.
- Das AED-Gerät wird an einem günstig gelegenen und gut sichtbaren Ort montiert.
- Das Notfallkonzept wird bei Bedarf regelmässig aktualisiert.

Herzgruppen-Teilnehmende

- Alle Teilnehmenden erhalten bei Eintritt in die Herzgruppe das
 - Notfallkonzept der Herzgruppe
 - «Richtiges Verhalten bei Notfällen – 144 rufen» sowie
 - die Broschüre der Schweizerischen Herzstiftung «HELP bei Herz- und Hirnnotfall, richtig handeln – Leben retten»
- Das richtige Verhalten im Notfall wird bei Eintritt in die Herzgruppe mit jedem neuen Teilnehmenden besprochen. Im Notfall gilt für die Teilnehmenden, die Anweisungen der Therapeuten zu befolgen.

Informationen allgemein

- **Anschaffung eines AED-Geräts**
AED-Geräte können über Firstresponder oder Samaritervereine in Ihrer Umgebung zu günstigeren Konditionen bezogen werden:
www.first-responder.ch oder www.samariter.ch/de/vereine
- **Bestellung Broschüren**
Die Broschüre «HELP bei Herz- und Hirnnotfall, richtig handeln – Leben retten» ist kostenlos bei der Schweizerischen Herzstiftung erhältlich: www.swissheart.ch/shop

Genehmigt im Dezember 2019:
Swiss Working Group for Cardiovascular Prevention, Rehabilitation and Sports Cardiology SCPRS
Swiss Cardio Therapists SCT

* Die verwendeten männlichen Begriffe stehen stellvertretend auch für die weibliche Form

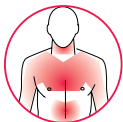


SYMPTOME KENNEN 144 RUFEN

Richtiges Verhalten bei Notfällen

Herzinfarkt, Hirnschlag und Herz-Kreislauf-Stillstand sind die häufigsten Notfälle in der Schweiz – pro Jahr über 50 000 Ereignisse.

Das HELP-Lebensrettungsprogramm der Schweizerischen Herzstiftung hat das Ziel, dass die Bevölkerung in der Schweiz die Symptome eines Herz- oder Hirn-Notfalls kennt, unverzüglich den **Notruf 144** alarmiert und Leben rettet.



Symptome bei Herzinfarkt

- heftiger Druck und klemmende, beengende oder brennende Schmerzen in der Brust (Dauer länger als 15 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 blasser, fahle Gesichtsfarbe, Übelkeit, Schwäche, Schweißausbruch, Atemnot, unregelmässiger Puls
- der Schmerz ist unabhängig von Körperbewegungen oder der Atmung und verschwindet auch nach Einnahme des Medikamentes Nitroglyzerin nicht

Bei Frauen, Diabetikern und älteren Patienten können folgende Symptome als alleinige Warnsignale auftreten: Atemnot, unerklärliche Übelkeit und Erbrechen, Druck in Brust, Rücken oder Bauch.

Symptome bei Hirnschlag

- plötzliche Lähmung, Gefühlsstörung oder Schwäche, meist nur auf einer Körperseite (Gesicht, Arm oder Bein)
- plötzliche Blindheit (oft nur auf einem Auge) oder Doppelbilder
- Sprachstörungen oder Schwierigkeiten, Gesprochenes zu verstehen
- heftiger Schwindel mit Gehunfähigkeit
- plötzlicher, ungewöhnlicher, heftiger Kopfschmerz

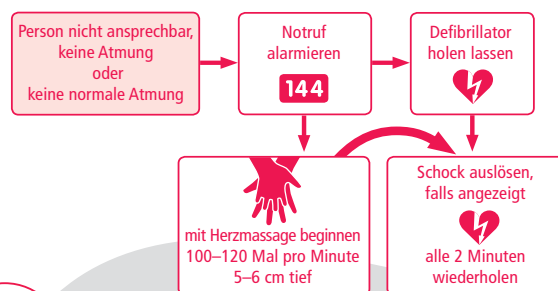
Richtiges Verhalten bei Herzinfarkt und Hirnschlag – jede Minute zählt!

- Alarmieren Sie den **Notruf 144** (im Ausland die örtliche Notrufnummer).
- Geben Sie Adresse (Standort), Name und Alter des Patienten bekannt.
- Lagern Sie den Hirnschlagpatienten mit flachem Oberkörper auf dem Rücken bzw. den Herzinfarktpatienten mit leicht angehobenem Oberkörper auf einer harten Unterlage oder am Boden.
- 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.

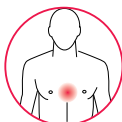
Symptome bei Herz-Kreislauf-Stillstand

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

Die lebenswichtigen Schritte bei Personen ohne Reaktion auf Ansprechen oder Schütteln:



Quelle: American Heart Association 2015



Im Notfall zählt jede Minute!

Wichtig ist der richtige Druckpunkt für die Herzdruckmassage. Brustkorbmitte, untere Brustbeinhälfte, 5 bis 6 cm tief eindrücken.



Für geübte Ersthelfer wird empfohlen, sowohl Herzdruckmassage als auch Beatmung durchzuführen (Verhältnis 30:2).