

Mit wenigen Handgriffen zum Lebensretter

Erste Hilfe kann Leben retten – das ist bekannt. Aber woher weiß ich, wie ich mich im Notfall richtig verhalte? Bei dieser Frage schafft Sven Bourauel vom Helios Klinikum Siegburg Abhilfe.

Der Krankenpfleger arbeitet im Klinikum Siegburg als Stationsleitung und ist außerdem Leiter der Erste-Hilfe-Kurse vor Ort. Zum Weltreanimationstag am 16. Oktober 2021 gibt er Tipps, wie man Betroffenen in einer Notsituation helfen kann und warum es immer besser ist, auch als Laie lebensrettend einzugreifen, als gar nicht zu handeln.

„Erste Hilfe mit Sven“ oder: Leben retten mit John Travolta

Der Song „Staying alive“ von den Bee Gees brachte nicht nur John Travolta zu besonderer Berühmtheit. Tatsächlich ist der Song der ultimative rhythmische Taktgeber, wenn es um die korrekte Reanimation geht. Aber wann ist diese eigentlich erforderlich und wann spricht man von einem medizinischen Notfall?

„Von einem medizinischen Notfall spricht man, wenn der Patient nicht mehr ansprechbar, also bewusstlos ist. Dann gilt es, sich an ein simples Konzept zu halten: **Prüfen – Rufen – Drücken**,” erklärt Sven Bourauel. „Im Notfall müssen also zunächst die Vitalfunktionen kontrolliert werden. Der Ersthelfer **prüft** durch Ansprechen und Anfassen/Schütteln, ob der Betroffene ansprechbar ist. Zeigt der Betroffene keine Reaktion auf diese Maßnahme, ist sofortige Erste Hilfe notwendig. Man **ruft** den Notruf über die 112 oder macht sich laut mit Hilferufen bemerkbar, wenn man sich beispielsweise draußen befindet und kein Handy bei sich führt. Im nächsten Schritt wird der Oberkörper des Betroffenen freigemacht und man **drückt** beherzt in

der Mitte des Brustkorbes. Dies ca. 5 – 6 cm tief mit einer Frequenz von 100 – 120 Mal pro Minute. Solange bis Hilfe eintrifft.“ Hierbei kann dann der Gedanke an den oben genannten Song den Rhythmus vorgeben. Übrigens, auch „Dancing Queen“ von Abba oder „Like A Prayer“ von Madonna geben Ersthelfern den passenden Takt vor. Man solle keine Scheu haben, Erste Hilfe-Maßnahmen durchzuführen, ermuntert Sven Bourauel. „Diese drei einfachen Worte „Prüfen - Rufen - Drücken“ können Leben retten. Und eine schlechte Laienreanimation ist in jedem Fall besser als gar keine! Der einzige Fehler, den man machen kann, ist der, nichts zu unternehmen.“

— Für alle, die wissen möchten, wie Erste Hilfe-Maßnahmen korrekt durchgeführt werden, besteht am 21. Oktober 2021 von 16 – 17.30h die Möglichkeit, am Helios Klinikum in Siegburg an einer Erste Hilfe Schulung teilzunehmen. Hier können die Teilnehmer an einem Erste-Hilfe-Dummy die notwendigen Übungen und Handgriffe mit dem nötigen Sicherheitsabstand und unter Einhaltung der Hygienevorgaben erlernen.

— **Die Teilnahme ist kostenfrei. Aufgrund der Abstands- und Hygiene-Regeln kann nur eine begrenzte Personenzahl teilnehmen, darum wird um eine Anmeldung unter 02241 - 187291 oder per E-Mail an janina.decker@helios-gesundheit.de gebeten. Es gilt die 3G-Regel, das Tragen eines medizinischen Mund-Nasen-Schutzes ist verpflichtend.**

Helios ist Europas führender privater Krankenhausbetreiber mit insgesamt rund 120.000 Mitarbeitern. Zum Unternehmen gehören unter dem Dach der Holding Helios Health die Helios Kliniken in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien und Lateinamerika. Rund 20 Millionen Patienten entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2020 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von 9,8 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über 89 Kliniken, rund 130 Medizinische Versorgungszentren (MVZ) und sechs Präventionszentren. Jährlich werden in

Deutschland rund 5,2 Millionen Patienten behandelt, davon 4,1 Millionen ambulant. Helios beschäftigt in Deutschland 73.000 Mitarbeiter und erwirtschaftete 2020 einen Umsatz von 6,3 Milliarden Euro. Helios ist Partner des Kliniknetzwerks „Wir für Gesundheit“. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 52 Kliniken, davon sechs in Lateinamerika, 70 ambulante Gesundheitszentren sowie rund 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 15 Millionen Patienten behandelt, davon 14,1 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt rund 40.000 Mitarbeiter und erwirtschaftete 2020 einen Umsatz von 3,5 Milliarden Euro.

Helios Deutschland und Quirónsalud gehören zum Gesundheitskonzern Fresenius.

Pressekontakt:

Janina Decker

Referentin Unternehmenskommunikation

Telefon: (02241) 18-7291

E-Mail: janina.decker@helios-gesundheit.de