



## Wiederbelebung beim Herzstillstand: Jeder kann lernen, wie man Leben rettet

**Bei einem plötzlichen Herzstillstand zählt jede Minute. Leider wird nur in der Hälfte aller Fälle eine Herz-Lungen-Wiederbelebung eingeleitet, mit meist tödlichen Folgen. Verschiedene Organisationen, wie die UEFA, die Nationale Herz-Allianz und die Deutsche Herzstiftung wollen das ändern.**

Düsseldorf, 27. Juni 2024 – Am Samstagabend trifft die DFB-Elf im Rahmen der Fußball-Europameisterschaft auf Dänemark. Die Begegnung weckt Erinnerungen an den schockierenden Herzstillstand des dänischen Fußballstars Christian Eriksen während der EM 2021. Damals wurde der Welt bei laufender Kamera vor Augen geführt, wie wichtig eine zeitnahe Herz-Lungen-Wiederbelebung (HLW) ist, um Leben zu retten. Die ersten Minuten nach einem Herzstillstand sind für die Überlebenschancen des Patienten nämlich entscheidend.

### Pro Minute sinken die Überlebenschancen um 10%

Jedes Jahr kommt es auch in Deutschland bei etwa 65.000 Menschen zu einem plötzlichen Herzstillstand. Ohne Reanimation verläuft dieser meist tödlich, denn pro Minute ohne HLW sinkt die Überlebenschance um 10%. Leider wird hierzulande nur bei weniger als der Hälfte der Herzstillstände überhaupt eine Wiederbelebung durch Umstehende eingeleitet.

„Viele von uns lernen im Rahmen der Führerscheinprüfung, wie man eine Herz-Lungen-Wiederbelebung einleitet, und kommen dann jahrelang nicht mehr damit in Berührung. Tritt der Notfall ein, fühlen sich die meisten dann überfordert oder haben Angst, etwas falsch zu machen. Das muss sich dringend ändern“, sagt Prof. Michael Böhm, Pressesprecher der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK).

### Flächendeckend mehr Bewusstsein für Wiederbelebung

Mittlerweile gibt es viele Initiativen, die die Laienreanimationsquote verbessern sollen. Die **Nationale Herz-Allianz** unter Schirmherrschaft des Bundesgesundheitsministeriums hat hierzu bereits entsprechende Vorschläge gemacht. So könnten etwa verpflichtende Reanimationskurse an weiterführenden Schulen früh bei den Schülerinnen und Schülern ein Bewusstsein für den Notfall wecken und die Hemmschwelle senken, eine Laienreanimation einzuleiten.

Schon lange bietet auch die Deutsche Herzstiftung **vielfältige Informationen und Broschüren** zu dem Thema an. Dort können Interessierte Schritt für Schritt nachverfolgen, wie man die Rettungskette korrekt in Gang setzt und selbst eine Reanimation einleiten kann.



Lobenswert ist auch die neue Initiative des Europäischen Fußballverbands UEFA: Mit der kostenlosen Online-Plattform [get-trained.com](http://get-trained.com) bietet er einfach verständliche Kurse zur Laienreanimation (CPR) in mehreren Sprachen an, einschließlich Deutsch. In kurzen Videoanleitungen lernen Nutzerinnen und Nutzer Schritt für Schritt, was im Ernstfall zu tun ist.

[ENDE]

(2.778 Zeichen inkl. Leerzeichen)



Bildunterschrift: Prof. Dr. Michael Böhm, Pressesprecher der DGK  
Bildnachweis: ©HKM/Romy Martínez

#### **Medienkontakt:**

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie

Pressesprecher: Prof. Dr. Michael Böhm (Homburg/Saar)

Pressestelle: Tobias Kruse, Tel.: 0211 600 692 150 | Kerstin Kacmaz, Tel.: 0211 600 692 43

[presse@dgk.org](mailto:presse@dgk.org)

#### **Über die DGK:**

Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e. V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine gemeinnützige, wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit mehr als



**DGK.**  
Deutsche Gesellschaft für Kardiologie  
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100  
40237 Düsseldorf  
Tel +49 (0) 211 600 692 – 150  
Fax +49 (0) 211 600 692 – 10  
E-Mail [presse@dgk.org](mailto:presse@dgk.org)  
Web [Herzmedizin.de](http://Herzmedizin.de)

12.000 Mitgliedern. Sie ist die älteste und größte kardiologische Gesellschaft in Europa. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen, die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder und die Erstellung von Leitlinien. Weitreichende Informationen für Ärztinnen und Ärzte sowie medizinisches Fachpersonal, aber auch für Nicht-Mediziner:innen stellt die DGK auf [Herzmedizin.de](http://Herzmedizin.de) zur Verfügung.