

Leben retten lernen: Hessen führt Wiederbelebungunterricht in den Schulen ein

Mehr Überlebende eines Herzstillstands durch Laien-Reanimation: Schülerinnen und Schüler in den siebten Klassen lernen Leben retten. Deutsche Herzstiftung und Björn Steiger Stiftung unterstützen die Lehrkräfte mit Expertise

(Wiesbaden/Frankfurt a. M./Winnenden, 11. November 2024) Der plötzliche Herztod ist mit über 65.000 Sterbefällen jährlich eine der häufigsten Todesursachen in Deutschland. Er kann zu jeder Zeit überall auftreten und jeden treffen. Betroffene sterben oft vor allem deshalb, weil ihnen nicht rechtzeitig durch eine Wiederbelebung geholfen wird, bevor Notarzt oder Rettungsdienst vor Ort sind. „Das beherzte Eingreifen von uns allen in einer Notsituation ist überlebensentscheidend. Aber nur bei der Hälfte der zirka 70.000 Fälle eines Herzstillstands außerhalb eines Krankenhauses in Deutschland ist das der Fall“, sagt der Vorstandsvorsitzende der Deutschen Herzstiftung Prof. Dr. Thomas Voigtländer. Aktuell liegt die Laien-Reanimationsquote in Deutschland lediglich bei 51 Prozent. „Es besteht daher dringender Handlungsbedarf.“

Um zu einer signifikanten Steigerung der Zahl der Ersthelferinnen und Ersthelfer beizutragen, führt das Land Hessen, verpflichtenden Unterricht in Wiederbelebung in der Klasse 7 ein. „Die Schule ist der beste Ort, um gesellschaftlich notwendige Änderungen anzustoßen. Unser niederschwelliges und leicht umzusetzendes Konzept soll alle Kinder und Jugendlichen erreichen und sie so in die Lage versetzen, bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand sofort handlungsfähig zu sein“, betont Armin Schwarz, Hessischer Minister für Kultus, Bildung und Chancen. Es gehe dabei nicht darum, „professionelle Rettungskräfte auszubilden, sondern einen landesweiten Mindeststandard zu garantieren“. In diesem Zuge gelte es vor allem, „Ängste und Vorbehalte pädagogisch begleitet abzubauen und ein wichtiges Thema durch Kinder und Jugendliche verstärkt in die Familien und Peer-Gruppen zu bringen“.

Ziel: Wiederbelebungunterricht an allen weiterführenden Schulen

Nach einer erfolgreichen Pilotphase mit 30 Schulen im Schuljahr 2023/2024 werden in diesem Schuljahr zunächst 180 weitere Schulen in das Programm aufgenommen. Im Laufe der nächsten drei Jahre sollen dann alle weiterführenden Schulen in Hessen Unterricht in Wiederbelebung in Klasse 7 durchführen und ist damit bundesweit Vorreiter. Über den Rahmen für die Umsetzung entscheiden die Schulen selbst. Bewährt haben sich hier die Einbindung in den Regelunterricht (beispielsweise in den Fächern Biologie oder Sport) oder in Projekttag oder -wochen.

„Dass die Wiederbelebung nun fester Bestandteil des hessischen Schulunterrichts wird, ist ein folgerichtiger Schritt zur Verbesserung der Laien-Reanimationsquote in der Bevölkerung“, unterstreicht der Herzstiftungs-Vorsitzende Prof. Voigtländer.

„Die Einführung des Wiederbelebungunterrichts in Hessen ist ein wichtiger Meilenstein im Kampf gegen die Sterblichkeit durch den plötzlichen Herztod, denn auch Schülerinnen und Schüler können im Ernstfall am Beginn der Rettungskette stehen und dank solcher Unterrichtseinheiten die Überlebenschancen möglicherweise erhöhen“, betont Dr. Sonja Optendrenk, Staatssekretärin im Hessischen Ministerium für Familie, Senioren, Sport, Gesundheit und Pflege.

Anhand verschiedener Module, die auf einer zentralen Lernplattform (<https://wiederbelebung-in-schulen.de>) zur Verfügung gestellt werden, können sich Lehrkräfte niederschwellig in der einfachen Methode „Prüfen-Rufen-Drücken“ fortbilden. Zusätzlich haben die Deutsche Herzstiftung und das Hessische Ministerium für Kultus, Bildung und Chancen umfassende Informationen sowie didaktisch professionell aufbereitete Materialien bereitgestellt, die direkt im Unterricht eingesetzt werden können. Zudem bietet die Deutsche Herzstiftung regelmäßige Online-Sprechstunden für Lehrkräfte mit zusätzlichem medizinischem Beratungsbedarf an. Damit ist der Unterricht für die Schulen einfach umzusetzen.

Die Björn Steiger Stiftung beliefert als Kooperationspartner alle weiterführenden hessischen Schulen mit jeweils 12 Reanimationspuppen und stellt in Zusammenarbeit mit den regional tätigen Hilfsorganisationen (DRK, Malteser Hilfsdienst, Johanniter-Unfall-Hilfe) zusätzliche Präsenzs Schulungen auch für den Umgang mit optionalen automatisierten externen Defibrillatoren (AED) für Schulen zur Verfügung (<https://wiederbelebung-in-schulen.de/videos/add-on>). Das optionale Zusatzmodul passt sich in die Initiative „HERZSICHER“ der Björn Steiger Stiftung ein.

Realisierung mit kompetenten Partnern

Dass die Schule ein idealer Ort ist, um bereits in jungen Jahren die nötigen Kompetenzen zu vermitteln, erklärt Pierre-Enric Steiger, der Präsident der Björn Steiger Stiftung:

„Junge Menschen ab der siebten Klasse sind absolut in der Lage, Erwachsene zu reanimieren. Wir sollten sie daher auch dringend dazu befähigen. Wenn Schülerinnen und Schüler die Grundzüge der Reanimation beherrschen, kann der zusätzliche Einsatz von Defibrillatoren den Mindeststandard des Rettens wirkungsvoll ergänzen.“

„Die vertrauensvolle Kooperation mit unseren kompetenten Partnern, der Deutschen Herzstiftung und der Björn Steiger Stiftung, sowie die bewährte Zusammenarbeit mit den Hilfsorganisationen vor Ort ermöglichen es uns, das Thema Wiederbelebung flächendeckend in unsere Schulen zu bringen“, so Bildungsminister Schwarz. „Durch dieses Netzwerk haben wir zudem die Möglichkeit, interessierten Schulen auch für die Weiterarbeit über den verbindlichen Mindeststandard hinaus, etwa in höheren Klassenstufen, Hilfestellungen zu geben und so einen noch größeren Beitrag zu leisten.“

(wi)

Kontakt:

Hessisches Ministerium für Kultus, Bildung und Chancen

Pressesprecher: Michael Ashelm, Tel. 0611 368-2006, E-Mail pressestelle@kultus.hessen.de

Deutsche Herzstiftung e.V.

Pressestelle: Michael Wichert (Ltg.), Tel. 069 955128-114, Pierre König, Tel. 069 955128-140

E-Mail: presse@herzstiftung.de

Björn Steiger Stiftung

Kommunikation: Claudia Bell, Tel. 07195-30 55-213 bzw. 0151-43 39 72 87

E-Mail: c.bell@steiger-stiftung.de

Fotomaterial kann unter Tel. 069 955128-114/-140 oder unter presse@herzstiftung.de angefordert werden



Armin Schwarz, Hessens Minister für Kultus,
Bildung und Chancen

Foto: Hessisches Ministerium für Kultus, Bildung
und Chancen



Prof. Dr. Thomas Voigtländer,
Vorstandsvorsitzender, Deutsche
Herzstiftung

Foto: Deutsche Herzstiftung/A. Malkmus



Pierre-Enric Steiger,
Präsident, Björn Steiger Stiftung

Foto: Björn Steiger Stiftung

Über die Deutsche Herzstiftung e.V.

Die Deutsche Herzstiftung e. V. wurde 1979 gegründet und ist heute die größte gemeinnützige und unabhängige Anlaufstelle für Patienten und Interessierte im Bereich der Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Zu den Hauptaufgaben der Herzstiftung gehört es, Patienten in unabhängiger Weise über Herz-Kreislauf-Erkrankungen, deren Vorbeugung sowie über aktuelle Diagnose- und Therapiemöglichkeiten aufzuklären. Bekannt ist die Herzstiftung außerdem durch ihre bundesweiten Aufklärungskampagnen und als wichtige Förderinstitution in der Herz-Kreislauf-Forschung. Die hohe Qualität ihrer Informationsangebote beruht nicht zuletzt auf der Expertise der rund 500 Herzspezialisten im Wissenschaftlichen Beirat der Herzstiftung.

Über die Björn Steiger Stiftung

Auf dem Heimweg vom Schwimmbad wurde der achtjährige Björn Steiger von einem Auto erfasst. Es dauerte fast eine Stunde, bis der Krankenwagen eintraf. Björn starb am 3. Mai 1969 nicht an seinen Verletzungen, sondern an einem vermeidbaren Schock. Seine Eltern Ute und Siegfried Steiger gründeten daraufhin am 7. Juli 1969 die Björn Steiger Stiftung als gemeinnützige Organisation mit dem Ziel, die deutsche Notfallhilfe zu verbessern. Meilensteine dieses Engagements sind z. B. die Einführung der bundesweit einheitlichen und kostenfreien Notrufnummern 110/112 im Jahr 1973, der Aufbau der Notruftelefonnetze an deutschen Straßen, die Einführung des Sprechfunks im Krankenwagen und der Aufbau der Luftrettung. Aktuelle Initiativen widmen sich insbesondere dem Kampf gegen den Herztod, der Breitenausbildung in Wiederbelebung, der Sensibilisierung von Kindern und Jugendlichen für den Notfall und dem Frühgeborenenentransport und vor allem der Optimierung des Rettungsdienstes.

Zusatzmaterial: Daten & Fakten

Plötzlicher Herztod

Der plötzliche Herztod ist die häufigste Todesursache außerhalb von Krankenhäusern. Jedes Jahr sterben in Deutschland über 65.000 Menschen daran.

Unmittelbarer Auslöser des plötzlichen Herztods sind bösartige Herzrhythmusstörungen (Arrhythmien) der linken und rechten Herzkammer. Diese muss man klar von den gutartigen Rhythmusstörungen aus den Herzvorhöfen (z. B. Vorhofflimmern) abgrenzen. Harmlose Rhythmusstörungen sind glücklicherweise sehr viel häufiger als die gefährlichen Arrhythmien aus der linken oder rechten Hauptkammer. Speziell lebensbedrohliche Rhythmusstörungen

wie das Kammerflimmern sind selten und ereignen sich meist im Zusammenhang mit anderen Herzerkrankungen wie koronare Herzkrankheit (KHK).

Laienreanimation bei plötzlichem Herzstillstand

Prüfen, Rufen, Drücken, (Schocken) – unbedingt in dieser Reihenfolge. Das ist die überlebensentscheidende Basis einer erfolgreichen Laienreanimation. Infos: <https://herzstiftung.de/wiederbeleben>

Bei einem Herzstillstand hört das Herz auf zu schlagen oder es „zuckt“ nur noch, das sogenannte Herzkammerflimmern (über 350 Herzschläge pro Minute). Der Kreislauf bricht in Sekundenschnelle zusammen. Der Blutdruck sinkt komplett „auf null“ ab. Herzmuskel, Gehirn und andere Organe werden nicht mehr versorgt, geschädigt und im Zeitverlauf zunehmend zerstört.

Jede Minute zählt!

Pro Minute, in der nichts unternommen wird, sinkt die Überlebenschance um zehn Prozent. Je schneller mit der Wiederbelebung begonnen wird, umso größer die Überlebenschance der Patienten. Mit einer unmittelbar nach einem plötzlichen Herz-Kreislauf-Stillstand erfolgenden Herzdruckmassage kann in bis zu 50 Prozent der Fälle eine Rückkehr zum selbstständigen Herzschlag erreicht werden – das heißt, die Überlebensrate verdoppelt sich.

Professionelle Hilfe

Unbedingt so lange drücken und – sofern erforderlich und möglich – schocken (AED), bis der Rettungsdienst die weitere notfallmedizinische Versorgung des Patienten übernimmt oder der Betroffene Lebenszeichen zeigt. Das Eintreffen des Rettungsdienstes dauert in Deutschland, je nach Bundesland, im Schnitt 9 Minuten. Der Rettungsdienst leitet weitere Maßnahmen ein, die Klinik führt die Versorgung nach Einlieferung fort.

Zumeist zu Hause

65 Prozent der Herz-Kreislauf-Stillstände treten in der eigenen Wohnung auf. Bis zu 45 Prozent aller Ereignisse werden von Familienangehörigen, Freunden oder anderen Personen beobachtet.

Plötzlicher Herztod bei jüngeren Menschen

Auch junge sportliche Menschen unter 40 Jahren erleiden, wenn auch selten, einen plötzlichen Herztod. Was zu den Ursachen, Warnzeichen eines Herzstillstands bei jungen Menschen bekannt ist und wie Betroffenen und ihren Familien medizinisch geholfen werden kann, darüber informiert die Herzstiftung unter <https://herzstiftung.de/junge-herzen-retten>

Quellen:

- Martens E et al. 2014. *Incidence of sudden cardiac death in Germany: results from an emergency medical service registry in Lower Saxony. Europace* 16(12):1752-8.
- Gräsner, J.-T. et al. (2021): European Resuscitation Council Guidelines 2021: Epidemiology of cardiac arrest in Europe. doi: 10.1016/j.resuscitation. 2021.02.007
- Nationales Aktionsbündnis Wiederbelebung/Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BzgA), Infoblatt: Informationen zur Laienreanimation in Deutschland 2023
- Jahresbericht des Deutschen Reanimationsregisters 2022: Außerklinische Reanimation 2022
- Bundesministerium für Gesundheit: Informationen zur Laienreanimation in Deutschland 2022