

Für Ihre Programmplanung und zur Vorbereitung Ihrer Leser, Zuschauer u. Hörer auf Deutschlands größte Aufklärungsaktion zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Herzwochen – Plötzlicher Herztod: Wie kann man sich davor schützen?

Bundesweite Aufklärungskampagne der Herzstiftung im November: Vier Wochen lang über 1.000 Herz-Seminare, Vorträge, Telefon- und Onlineaktionen, Ratgeber-Infomaterial

(Frankfurt a. M., 7. Mai 2019) Unter dem Motto „Plötzlicher Herztod: Wie kann man sich davor schützen?“ stehen die bundesweiten Herzwochen vom 1. bis zum 30. November 2019 mit über 1.000 Veranstaltungen (Termine ab Mitte Oktober unter www.herzstiftung.de). Jedes Jahr erleiden in Deutschland 65.000 Menschen einen plötzlichen Herztod, etwa 60.000 versterben daran. „Das müsste nicht sein. Der plötzliche Herztod ist in aller Regel kein schicksalhaftes Ereignis, von dem es kein Entkommen gibt“, betont der Herzspezialist und Notfallmediziner Prof. Dr. med. Dietrich Andresen, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Herzstiftung. Unmittelbar eingeleitet wird der plötzliche Herztod überwiegend durch Kammerflimmern, das das Herz von einer Sekunde auf die andere komplett aus dem Takt bringt. Das Herz hört auf zu schlagen, der Blutdruck sinkt auf „Null“. Der Patient verspürt nach vier Sekunden eine „Leere“ im Kopf. Nach acht Sekunden bricht er bewusstlos zusammen. Nach zwei bis drei Minuten hört er auf zu atmen. Nach zehn Minuten sind Wiederbelebensmaßnahmen in aller Regel erfolglos.

Wer ist gefährdet?

Die koronare Herzkrankheit (KHK) ist die häufigste zugrundeliegende Erkrankung. Autopsien bei plötzlich Verstorbenen haben eine Häufigkeit der KHK von bis zu 75% ergeben. Sie wiederum ist verursacht durch Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen (hohes Cholesterin). Auch die Genetik und ein ungesunder Lebensstil durch Rauchen, Übergewicht, Bewegungsmangel und Drogenkonsum spielen eine Rolle. Ursachen des plötzlichen Herztods können auch Herzmuskelerkrankungen, seltener Herzklappenerkrankungen sowie angeborene Herzfehler sein. „Die beste Strategie ist es, Herzerkrankungen – allen voran die KHK – frühzeitig zu erkennen und zu behandeln“, erläutert Andresen und betont: „Wenn wir es fertig bringen durch konsequente Aufklärung und nachhaltige präventive Maßnahmen die koronare Herzkrankheit zu reduzieren, dann wird der plötzliche Herztod vieles von seinem Schrecken verlieren. Leider sind wir davon noch sehr weit entfernt.“ Die Herzwochen sollen helfen mit Unterstützung

der Medien die Menschen darüber informieren, wie es zu diesen bedrohlichen Herzkrankheiten kommt, mit welchen Symptomen sie sich bemerkbar machen und wie sie sich am effektivsten vor der Gefahr des plötzlichen Herztodes schützen.

Was tun beim Herzstillstand?

Patienten mit einem plötzlichen Herzkreislaufstillstand haben nur eine Chance zu überleben, wenn Zeugen vor Ort sind, die das Geschehen beobachten, richtig einschätzen und nach Alarmierung der Notrufnummer (112) mit Wiederbelebungsmaßnahmen beginnen. Die gute Nachricht: Entsprechend einer eigenen Untersuchung* werden 60 bis 70% der Herzstillstände beobachtet, von den Zeugen als Notfall richtig erkannt und auch die Notruf-Nummer 112 alarmiert. Die schlechte Nachricht: Nicht einmal die Hälfte der Zeugen beginnt nach Absetzung des Notrufes mit Wiederbelebungsmaßnahmen. Die Mehrheit bleibt untätig. Der Grund: Allgemeine Verunsicherung und vor allem die Angst etwas falsch zu machen. Dabei gilt:

1. Ohne eine Erstversorgung durch Zeugen – zumeist medizinische Laien – hat ein Patient mit einem Herzkreislaufstillstand kaum eine Chance erfolgreich wiederbelebt zu werden.
2. Jeder Erwachsene sollte in der Lage sein, einen Herzkreislaufstillstand zu erkennen und die notwendigen Schritte zur Rettung der Person einzuleiten.

Die Deutsche Herzstiftung verweist dazu auf ihre Broschüre „Was tun im Notfall?“, in der die einzelnen Schritte einer Laienreanimation leicht verständlich dargestellt sind (Bestellung kostenfrei unter Tel. 069 955128-400, Mail: bestellung@herzstiftung.de oder www.dhs.tips/herznotfall).

Herzspezialisten informieren bundesweit / Neuer Experten-Ratgeber

Die Herzstiftung wird in ihrer Kampagne nicht nur über Ursachen, Diagnose- und Therapieverfahren intensiv aufklären. „Wir wollen Menschen die Bedrohlichkeit eines plötzlichen Herzstillstands aufzeigen, zugleich aber auch darüber informieren, dass sie selbst viel gegen ihr Risiko für einen plötzlichen Herztod tun können“, so der Kardiologe. Grundlage der Herzwochen wird die neue Experten-Broschüre „Plötzlicher Herztod: Wie kann man sich davor schützen?“ mit Beiträgen von renommierten Kardiologen, Herzchirurgen und Pharmakologen sein. Darin werden Experten laienverständlich über den plötzlichen Herztod, seine Ursachen, Auslöser und Vorboten, Therapien zur Bekämpfung der Grundkrankheiten, über die Wiederbelebung und Akuttherapie sowie psychische Probleme informieren. In den Herzwochen beantworten Herzspezialisten in Herz-Seminaren, bei Gesundheitstagen sowie in Telefon- und Online-Aktionen häufige Fragen von Patienten und informieren mit Kurz-Schulungen in den Kliniken über die Laien-

Reanimation (Herzdruckmassage/Anwendung eines Laien-AED). Die Herzwochen bieten Betroffenen und Angehörigen sowie Fachkreisen und Medien die Möglichkeit, sich kompetent und laienverständlich über wichtige Fragestellungen zu informieren.

*Andresen D., et al., *Public access resuscitation program including defibrillator training for laypersons: a randomized trial to evaluate the impact of training course duration*. Resuscitation. 2008 Mar;76(3):419-24. Epub 2007 Oct 31 (doi: 10.1016/j.resuscitation.2007.08.019)

Hinweis für Medienvertreter:

Gerne unterstützen wir Sie mit fachlichen Informationen zum Herzwochen-Schwerpunktthema und mit Service-Angeboten für Ihre Berichterstattung, bei Telefonaktionen u. Experten-Chats in Radio/TV/Online helfen wir Ihnen gerne bei der Vermittlung von Herzexperten ([siehe beigefügtes Antwort-Formular](#)).

Die **Pressemappe zu den Herzwochen 2019** ist abrufbar ab Ende Oktober 2019 unter www.herzstiftung.de/pressemappe-herzwochen-2019.html

Kontakt:

Pressestelle: Michael Wichert, Tel. 069 955128114, Pierre König, Tel. 069 955128140, E-Mail-Kontakt: presse@herzstiftung.de

Druckfähiges Bildmaterial:

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/dhs-logo.jpg

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/herzwochen-logo.jpg

14/2019

Deutsche Herzstiftung e.V.
Pressestelle: Michael Wichert /Pierre König
Tel. 069 955128-114/-140
presse@herzstiftung.de
www.herzstiftung.de



Antwort

Deutsche Herzstiftung e. V.
Pressestelle
Bockenheimer Landstr. 94-96
60323 Frankfurt am Main

Fax: 069 955128-345
E-Mail: presse@herzstiftung.de



Herzwochen 2019 (1.-30. Nov.)

„Plötzlicher Herztod: Wie kann man sich davor schützen?“

Für Ihre Berichterstattung (Radio, TV, Print u. Online): Vermittlung von Herzspezialisten der Deutschen Herzstiftung

Ich bin am Herzwochen-Themenschwerpunkt (z. B. für eine Themen-Serie, Telefonaktion oder Experten-Chat in Radio/TV/Online) interessiert und wünsche ein Interview mit Herzexperten der Deutschen Herzstiftung z. B. für die Schwerpunktgebiete:

- () Was ist der plötzliche Herztod? (Ursachen, Vorboten)
- () Diagnose: Wie erkennt man die Grunderkrankungen, die dem plötzlichen Herztod vorausgehen? Wie lassen sich (lebensbedrohliche) Rhythmusstörungen und zugrunde liegende Herzkrankheiten frühzeitig aufdecken? (EKG, Echokardiographie (Herzecho), bildgebende Verfahren wie CT/MRT, Katheruntersuchung, Bluttest)
- () Therapie: Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es? (Katheterverfahren, Schrittmacher, implantierbarer Defi, Herz-OP, Medikamente)
- (..) Lebensstilmaßnahmen
- (..) Erste Hilfe bei Herzinfarkt und Herzstillstand: Was müssen Ersthelfer tun?
- (..) Mich interessieren speziell folgende Aspekte:

.....

Art des Interviews:

- () Telefon
- () Vor-Ort-Termin in Klinik/Praxis für O-Ton und Bild mit Herzspezialist u. Patient

Name:

Verlag/Medium:

Redaktion:

Tel.:

E-Mail:

Anschrift: