

# **„Wiederbelebung ist für mich ein zentrales Thema“**

**Rund 650 Ausbilder in Erster Hilfe gibt es im Bereich des DRK-Landesverbandes Niedersachsen. Die meisten von ihnen engagieren sich ehrenamtlich, circa ein Viertel sind hauptamtlich angestellt, einige in Vollzeit, manche in Teilzeit. Zuständig für ihre Aus- und Fortbildung ist der Landesverband. Einer von zwei Referenten für diese Aufgabe ist Jörg Zacharias.**

*Gibt es für dich besondere Schwerpunkte bei der Vermittlung von Erste-Hilfe-Maßnahmen?*

Letztendlich sind natürlich alle Bereiche wichtig, die wir in den Erste-Hilfe-Aus- und Fortbildungen oder auch in den speziellen Kursen wie Erste Hilfe am Kind, für Senioren, Sportler oder Outdoor-Aktive vermitteln: Ob es das Versorgen von Verletzungen, Verbrennungen oder Verätzungen betrifft, das Verhalten bei einer bewusstlosen Person, das Erkennen eines Schlaganfalls oder Herzinfarkts beispielsweise. Das Ziel ist dabei immer, die Angst zu nehmen, dass man etwas falsch machen könnte. Aus meiner Erfahrung sind die meisten Menschen hilfsbereit, sie zögern aber manchmal aus Scheu, etwas nicht richtig zu machen. Daher ist unser Credo stets: Du kannst nichts falsch machen, außer nicht zu helfen. Ein besonders zentrales Thema ist für mich dabei die Wiederbelebung.

*Warum ist gerade die Vermittlung der Wiederbelebung so bedeutsam?*

Beim plötzlichen Herztod bzw. Herz-Kreislauf-Stillstand zählt jede Sekunde. Hier geht es um Leben und Tod oder die Vermeidung schwerer Schädigungen durch die fehlende Versorgung des Gehirns mit Sauerstoff. Daher sollte in diesen Fällen sofort mit der Herzdruckmassage begonnen und bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes nicht unterbrochen werden. Das ist das allerwichtigste. Wenn andere Personen in der Nähe sind, sollten diese sofort mit einbezogen werden, um den Notruf abzusetzen und ggf. nach einem Defibrillator zu schauen. Wie man diesen anwendet, wird in unseren Kursen ebenfalls vermittelt. Zentral ist dabei die Herzdruckmassage und ergänzend die Beatmung. Es gibt z. B. spezielle Beatmungstücher, die man zum Schutz auf den Mund legen kann. Das kann die Hemmungen abbauen, eine andere Person von Mund zu Mund zu beatmen. Ist die Scheu zu groß, ist auch allein die Herzdruckmassage schon wirksam und besser, als gar nichts zu tun.

*Ab welchem Alter kann man Erste Hilfe bzw. die Wiederbelebung vermitteln?*

Grundsätzlich kann man Menschen jeden Alters an die Erste Hilfe heranführen, auch im Kindergartenalter ist dies auf kindgerechte Weise möglich. Hier gibt es auch vom DRK und vom Jugendrotkreuz bereits Initiativen und Angebote. Auf alle Fälle halten wir es für sinnvoll, verpflichtend die Wiederbelebung in den Schulunterricht zu integrieren. Das fordern wir bereits seit vielen Jahren und haben wiederholt an das Niedersächsische Kultusministerium appelliert, die Empfehlung der

Kultusministerkonferenz von 2014 für die 7. Klassen verbindlich umzusetzen. Auch im vergangenen Jahr haben wir einen intensiven Austausch mit der Niedersächsischen Kultusministerin Julia Willi Hamburg dazu geführt und begrüßen es sehr, dass die Wiederbelebung nun endlich verpflichtend im Fach Biologie verortet werden soll. Gern unterstützt das DRK hierbei mit seiner fachlichen und didaktischen Expertise. Wer bereits als Kind und Jugendlicher Erste Hilfe und die Wiederbelebung lernt, hat weniger Scheu und wendet sie viel selbstverständlicher im Notfall an. Es würde auf alle Fälle dazu beitragen, dass viel mehr Menschen einen Herz-Kreislaufstillstand überleben würden.

***Kerstin Hiller***