



Reanimations-Richtlinien 2010

Am 18. Oktober 2010 wurden die neuen Richtlinien für die Herz-Lungen-Wiederbelebung (Basic Life Support BLS), welche diejenigen aus dem Jahr 2005 ablösen, veröffentlicht. Sie basieren auf umfassenden Studien, die zeigen, dass unter bestimmten Voraussetzungen die Überlebenschancen von Personen mit plötzlichem Herz-Kreislauf-Stillstand deutlich besser sind, wenn nur Herz-Druck-Massage durchgeführt und auf die Beatmung verzichtet wird. Der Grund: Bei einem plötzlichen Herz-Kreislauf-Stillstand ist noch viel Sauerstoff im Körper vorhanden, weshalb der Aufrechterhaltung der Blutzirkulation eine grössere Bedeutung zukommt als der Mund-zu-Mund- oder Mund-zu-Nase-Beatmung. Diese erübrigt sich somit als lebensrettende Sofortmassnahme für ungeschulte Ersthelfer.

Im Zusammenhang mit der Lebensrettung war die Beatmung für viele Laienhelfer eine grosse Hemmschwelle. Expertengehendeshalb davon aus, dass mit den neuen, für Laien einfacher umsetzbaren Richtlinien, die Bereitschaft zur Erste-Hilfe-Leistung gefördert wird und mehr Menschenleben gerettet werden können.

Bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand gilt:

- sofort den Notruf 144 alarmieren
- den automatischen externen Defibrillator (AED) holen lassen oder selbst holen
- Herz-Druck-Massage durchführen
- den AED einsetzen bis weitere Unterstützung eintrifft

Im Wesentlichen sehen die neuen Richtlinien folgende Vereinfachungen vor:

- Das **Freimachen der Atemwege** vor Beginn der Reanimation fällt weg.
- Zu Beginn werden keine Atemstösse mehr abgegeben, stattdessen soll **sofort mit der Herz-Druck-Massage** begonnen werden.
- Bei der Herz-Druck-Massage müssen mindestens **100 Kompressionen pro Minute** ununterbrochen mit einer Kompressionstiefe von mindestens **5 cm** bei Erwachsenen (bei Kindern ein Drittel des Thoraxdurchmessers) abgegeben werden.

ACHTUNG:

Die Beatmung bleibt weiterhin wichtig, wenn der Herz-Kreislauf-Stillstand schon einige Minuten gedauert hat oder eine Sekundärfolge ist, z. B. bei einem Unfall oder Ertrinken. In diesen Fällen muss durch Beatmung wieder Sauerstoff ins Kreislaufsystem gebracht werden.

In Zusammenarbeit mit:





Ablauf Reanimation für Ersthelfer

Qualitätsstandard Thoraxkompressionen

- mind. 100 pro Minute
- mind. 5 cm tief
- keine unnötigen Unterbrechungen
- komplette Entlastung

Kollaps, bewusstlose Person, keine Reaktion

nach Hilfe rufen

Atmung normal?

JA

Seitenlagerung

NEIN

Alarmierung Notruf 144
Defibrillator (AED) anfordern oder holen

30 Thoraxkompressionen gefolgt von 2 Beatmungstössen (Geschulte)
oder
mindestens 100 Thoraxkompressionen pro Minute ohne Beatmung bis AED eintrifft (Ungeschulte)

AED trifft ein

AED prüft Herzrhythmus

defibrillierbar

1 Defibrillation

Herz-Lungen-Wiederbelebung sofort wieder aufnehmen im Verhältnis 30:2 während 2 Minuten oder mindestens 100 Thoraxkompressionen pro Minute

nicht defibrillierbar

Herz-Lungen-Wiederbelebung sofort wieder aufnehmen im Verhältnis 30:2 während 2 Minuten oder mindestens 100 Thoraxkompressionen pro Minute

Überprüfen des Herzrhythmus nach 5 Zyklen. Mit Herz-Lungen-Wiederbelebung weiterfahren bis professionelle Helfer übernehmen oder die Person sich bewegt.