

# Posten A - CPR (Cardio-Pulmonary Reanimation)

Die Herz-Lungen-Wiederbelebung oder kardiopulmonale Reanimation soll einen Atem- und Kreislaufstillstand beenden und damit den unmittelbar drohenden Tod des Betroffenen abwenden. Andere Namen hierfür sind Wiederbelebung, Reanimation und englisch cardiopulmonary resuscitation (CPR).



Könntet Ihr hier mit "Ja" antworten?

Diskutiert die folgenden Fragen in der Gruppe. Ihr müsst dabei nicht unbedingt der Reihe nach gehen und es müssen auch nicht alle Fragen bis ins Detail besprochen werden. Achtet daher ein wenig auf die Zeit.

**Erste Hilfe zu leisten, ist für jede:n soweit zumutbar, verpflichtend. Der Herr im blauen Anzug eilt dementsprechend seinem Kollegen geradezu vorbildlich zur Hilfe. Aber er ist doch ein wenig zu übereifrig. Wieso?**

Der Mann im grünen Anzug ist bei **Bewusstsein** und gibt sogar Antwort. Eine Reanimation ist daher nicht angezeigt. In diesem Fall könnten auch eine Kreislaufschwäche, Unterzuckerung oder ein Schock vorliegen. Der Mann im blauen Anzug sollte aber auf jeden Fall bei ihm bleiben und auf eine Zustandsveränderung achten.

**Bei welchen Symptomen ist denn eine CPR indiziert? Gibt es Wege, diese besser einzuschätzen?**

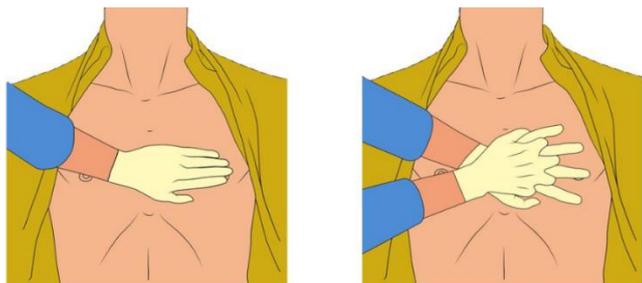
Ist eine Person **bewusstlos** und **reagiert nicht auf Ansprache oder Schütteln** an den Schultern muss Hilfe gerufen werden. Zudem muss die **Atmung überprüft** werden. Dazu müssen die Atemwege freigemacht werden, indem der **Kopf überstreckt und das Kinn angehoben** wird. Die Atmung kann dann durch **Hören, Sehen und Fühlen** für max. 10 Sekunden überprüft werden. Bei **normaler Atmung** kann der Patient in die stabile **Seitenlage** gebracht werden. Die Atmung muss aber regelmässig weiter kontrolliert werden. Bei **nicht normaler Atmung**, das schliesst **Atemstillstand**, sowie **vereinzelte Atemzüge**, als auch **Schnappatmung** ein, ist eine **Reanimation** angezeigt.

Der Mann hat richtig reagiert und ruft um zusätzliche Hilfe. Welche zwei Dinge sollten nach dem BLS-Schema (BLS = Basic Life Support) ebenfalls noch vor der Reanimation organisiert werden?

Ein **Notruf muss abgesetzt werden (144)** und es sollte veranlasst werden, dass ein **AED** (automatischer externer Defibrillator) geholt wird. Die Geräte sind meist mit dem Symbol rechts gekennzeichnet.



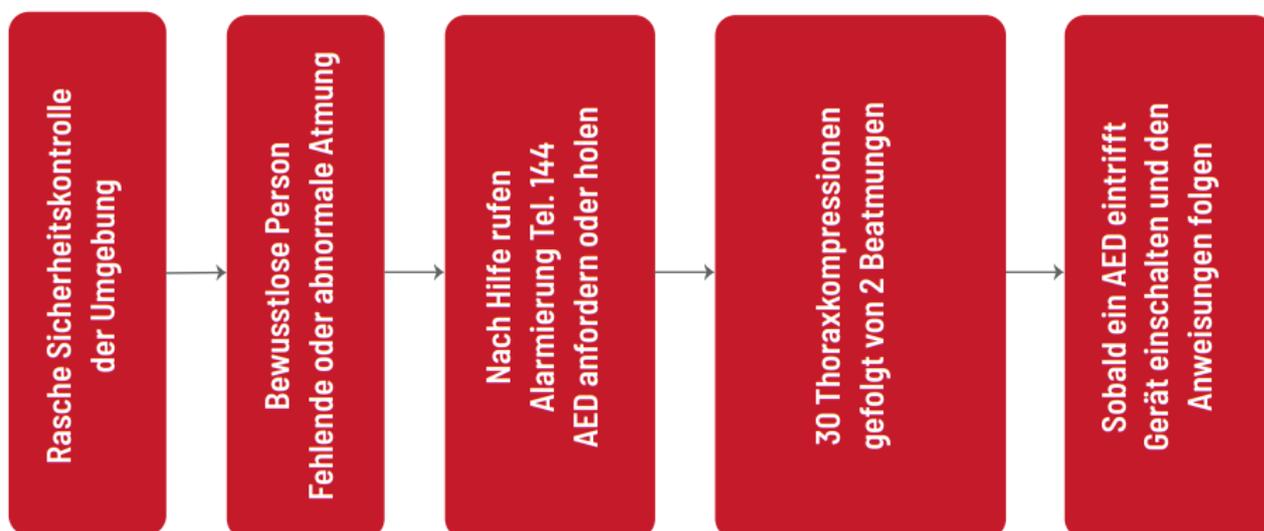
Die Situation verschlimmert sich plötzlich und der Mann im grünen Anzug muss doch noch reanimiert werden. Wo und in welchem Rhythmus sollte optimalerweise "gedrückt" werden? Wie ist das Verhältnis von Thoraxkompressionen und Beatmung?



Wenn möglich sollte eine Reanimation auf einer **harten Unterlage** durchgeführt werden. Der **Druckpunkt** befindet sich bei Erwachsenen im **unteren Drittel des Brustbeins**. Der Handballen der einen Hand wird da platziert, die zweite Hand darauf gelegt und die **Finger verschränkt**. Nun

werden **30 Thoraxkompressionen** durchgeführt, indem kräftig (etwa **fünf bis sechs Zentimeter** tief) auf das Brustbein gedrückt wird. Zwischen den einzelnen Stößen sollte der Brustkorb **vollständig entlastet** werden. Es ist sehr wahrscheinlich, dass bei diesem Vorgang leichte Verletzungen entstehen. Diese sind in der Regel aber nicht schlimm und als Helfer:in kann man rechtlich auch nicht dafür belangt werden. Gedrückt wird mit einer Frequenz von zirka **100 bis 120 Kompressionen pro Minute**. Die Lieder "Staying Alive" (Bee Gees), "Dancing Queen" (ABBA) oder "Another one bites the Dust" (Queen) können hier als Taktgeber dienen. Vielleicht findet Ihr ja noch weitere. **Auf 30 Thoraxkompressionen folgen dann 2 Beatmungsstöße durch die Nase**. Wenn man dies nicht möchte (aus welchen Gründen auch immer), oder es sich nicht zutraut, können alternativ auch einfach die Thoraxkompressionen ohne Beatmung durchgeführt werden. Aufgrund von Covid-19 wird momentan sogar offiziell von der Beatmung abgeraten.

BLS-AED-SRC ALGORITHMUS 2021

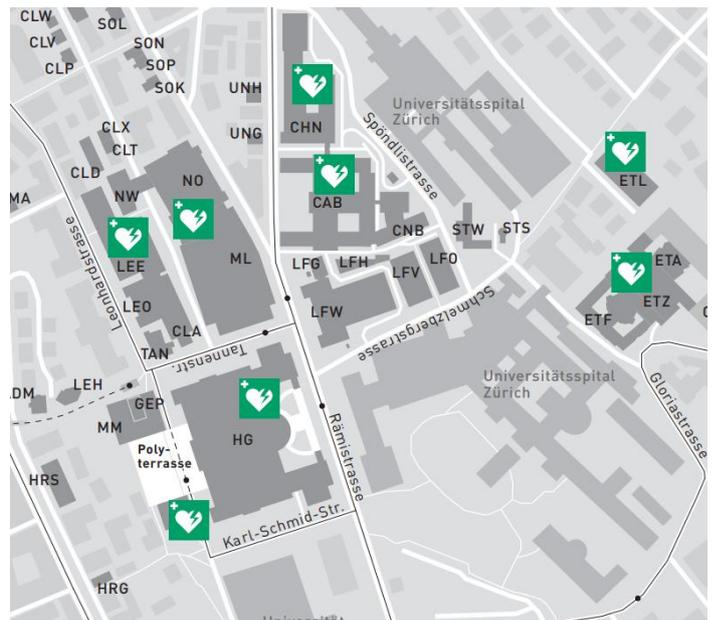
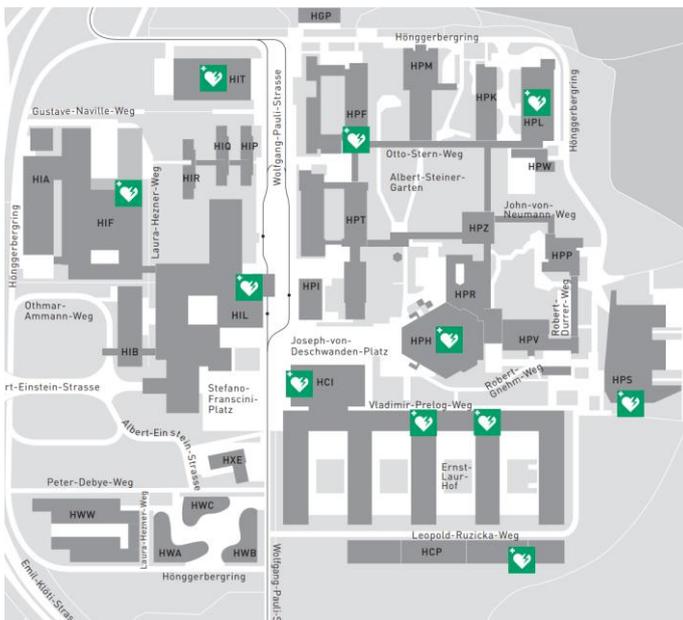


Was sollte zusätzlich noch zum Einsatz kommen? Wo befindet sich das Gerät hier im Gebäude? Stoppt Eure Zeit hin und zurück und geht auf die Suche.

Nachdem **Hilfe gerufen, alarmiert** und mit der **Herzdruckmassage begonnen** wurde, kann eine weitere den Defibrillator holen (Patient darf nicht alleine gelassen werden).

Der Ablauf ist dann wie folgt:

- AED-Gerät einschalten
- Defibrillator-Elektroden aufkleben (Rechte Elektrode zwischen Schlüsselbein und Brustwarze; Linke Elektrode seitlich.)
- Den Anweisungen des AED-Geräts folgen.
- Nur wenn der AED über die Elektroden eine allfällige Herzrhythmusstörung (Kammerflimmern) feststellt, wird ein Schock über die Elektroden abgegeben.



Hier ist der offizielle Plan an Defibrillatoren an der ETH. Habt Ihr alle schon entdeckt? Achtet Euch doch in der nächsten Woche mal darauf, wo im Alltag Euch AEDs begegnen, ohne dass Ihr Sie wirklich wahrnehmt.