

Wissen



30

Nach einem Herzinfarkt oder einem Schlaganfall zählt jede Minute. Wie Sie im Notfall richtig handeln.

Die Rega-Crews fliegen mit Abstand am häufigsten – rund 4'000 Mal pro Jahr – Einsätze im Zusammenhang mit akuten Krankheiten wie etwa einem Herzinfarkt oder Hirnschlag. Hier spielt die Rega, der direkte Weg durch die Luft, eine wichtige Rolle: Je schneller ein Patient mit einem Herzinfarkt oder einem Schlaganfall behandelt wird, umso grösser ist die Wahrscheinlichkeit, dass möglichst wenig bleibende Behinderungen oder Schädigungen auftreten. Es gilt im Grundsatz: «Time is muscle» oder «Time is brain» – also «Zeit ist (Herz-)Muskel» oder «Zeit ist Hirn».

Auslöser eines Herzinfarkts

Um die Weichen nach einem Hirnschlag oder einem Herzinfarkt von Beginn weg richtig zu stellen, braucht es vor allem das rasche, beherrzte Handeln von Ersthelfern. Nur: Was ist ein Herzinfarkt und wie erkennen Sie, ob jemand einen Schlaganfall erleidet? Beiden Herz-

Kreislauf-Erkrankungen gemein sind die Risikofaktoren: Langjähriges, regelmässiges Rauchen, Bluthochdruck, ein erhöhter Fettgehalt im Blut, Zuckerkrankheit, Herz-Kreislauf-Erkrankungen in der Familie und fortgeschrittenes Alter gelten als Faktoren, die diese Erkrankungen im Allgemeinen begünstigen. Dabei gilt: Je mehr Faktoren zusammentreffen, desto höher das Risiko. Klassischer Auslöser eines Herzinfarktes ist der Teil- oder Kompletverschluss eines oder mehrerer Herzkranzgefässe. Als Koronar- oder Herzkranzgefäss wird gemeinhin eine Arterie bezeichnet, die den Herzmuskel mit Blut versorgt. Durch einen teilweisen

Rega-Tipp

«Je schneller ein Patient mit Herz-Kreislauf-Erkrankung behandelt wird, desto besser ist seine Prognose.»

oder kompletten Verschluss erhalten Herzmuskelbereiche zu wenig Sauerstoff, um am Leben zu bleiben.

Dem Herzmuskel fehlt Sauerstoff

Das «Sterben» der Herzmuskelzellen wird als Brustschmerz (Angina Pectoris) wahrgenommen. Sind diese Zellen abgestorben, spricht man von einem Herzinfarkt. Tote Herzmuskelzellen können nicht mehr ersetzt werden, was eine Funktionseinschränkung des Herzens zur Folge haben kann. Daher der Grundsatz «Zeit ist Muskel»: Je schneller ein Patient behandelt wird, desto mehr Herzmuskelgewebe kann erhalten werden, desto besser die Prognose und desto kleiner sind die Funktionseinschränkungen (siehe Kasten).

Der Hirnschlag oder Schlaganfall ist in der industrialisierten Welt die dritthäufigste Todesursache. Die Ursache liegt – in 85 Prozent der Fälle – in einer Verstopfung eines Hirngefässes (analog dem Herzinfarkt)

oder – in 15 Prozent der Fälle – im Reissen eines solchen. Sowohl bei Verstopfung wie auch bei einer Blutung werden gewisse Hirnareale mit zu wenig oder gar keinem Sauerstoff versorgt und drohen abzusterben. Mehr noch als beim Herzinfarkt gilt hier: «Zeit ist Hirn» – je schneller ein verstopftes Gefäss geöffnet oder eine Blutung gestillt werden kann, desto weniger Schaden nimmt das Gehirn. «Fast», das englische Wort für «schnell», bietet eine gute Eselsbrücke zur schnellen Erkennung der häufigsten Symptome (siehe Kasten).

Wann ist es richtig, die Rega direkt über die Notfallnummer 1414 zu alarmieren? Wann wenden Sie sich

besser an die Polizei oder die Sanitätsnotrufzentrale 144? Wir können Sie beruhigen. Egal, welche Notrufnummer Sie wählen, professionelle Hilfe erhalten Sie überall. Die Blaulichtorganisationen in der Schweiz sind untereinander gut vernetzt und Hilfesuchende werden rasch an die richtige Stelle weitergeleitet.

Es gibt keine falsche Alarmierung

Für die Direktalarmierung der Rega gilt die Faustregel: Wenn der Helikopter schneller beim Patienten eintreffen kann als andere Rettungsmittel, empfiehlt es sich, direkt die Rega-Notrufnummer 1414 zu wählen. Dies ist etwa der Fall, wenn sich

der Patient in unwegsamem Gelände befindet und eine Zufahrt für bodengebundene Rettungskräfte schwierig oder unmöglich ist oder zu lange dauern würde. Und keine Angst: Eine falsche Alarmierung gibt es nicht – nur keine Alarmierung ist falsch. Was Sie bis zum Eintreffen der Rettungskräfte tun können, haben wir für Sie im Kasten zusammengestellt.

Für den bevorstehenden Winter wünschen wir Ihnen alles Gute.

Karin Hörhager

► **Mehr zum Thema** finden Sie im Ratgeber «Erste Hilfe leisten – sicher handeln» (erhältlich im Rega-Shop ab Seite 33).

W **Wie können Sie im Notfall helfen?**



Hirnschlag/Schlaganfall

Mit dieser Eselsbrücke können Sie sich die häufigsten Symptome eines Hirnschlags gut merken: **FAST**, das englische Wort für «schnell»:



Face (Gesicht)

Lassen Sie die Person lächeln: Bei einem Schlaganfall verzieht sich das Gesicht einseitig.



Arm (Arm)

Fordern Sie die Person auf, die Arme zu heben: Nach einem Schlaganfall kann ein Arm nicht angehoben werden oder sinkt schnell wieder ab.



Speech (Sprache)

Die Sprache ist undeutlich, verwaschen oder schwer verständlich.



Time (Zeit)

Sofort Rettungsmassnahmen einleiten: Alarmieren Sie die Sanität 144 oder die Rega 1414!

Symptome:

- Halbseitenlähmung (hängende Gesichtshälfte, Arm- und/oder Beinschwäche)
- Undeutliche, verwaschene Sprache
- Sensibilitätsstörungen (Taubheitsgefühl)
- Schluckstörungen
- Sehstörungen (z.B. Doppelbilder)
- Wortfindungs-, Orientierungs- und Erinnerungsstörungen
- Gleichgewichtsstörungen (z.B. Falltendenz zu einer Seite hin)
- Kopfschmerzen (bei Blutungen)

Erste Massnahmen:

- Alarmieren Sie umgehend die Sanität 144 oder die Rega 1414
- Lassen Sie die betroffene Person eine stabile Position einnehmen (Sturzgefahr vermeiden)
- Keine Flüssigkeiten oder Nahrungsmittel verabreichen
- Keine Einnahme von blutverdünnenden Medikamenten
- Bei Bewusstlosigkeit mit normaler Atmung: stabile Seitenlage



Herzinfarkt

Symptome:

- Heftiger Druck, Schmerz und ein Engegefühl hinter dem Brustbein, nicht genau lokalisierbar
- Oberbauchschmerzen
- Ausstrahlungen in Arme, Hals, Ohren, Kiefer und Schulter



- Dauer: länger als 20 Minuten
- Zusätzlich möglich: Unwohlsein, Kaltschweissigkeit, Leistungsminderung, Atemnot, Angst

Erste Massnahmen:

- Alarmieren Sie die Sanität 144 oder die Rega 1414
- Lassen Sie die betroffene Person eine entspannte Position einnehmen (Oberkörper hochlagern)
- Jede körperliche Anstrengung ist zu vermeiden
- Falls vorhanden, sollte die persönliche Notfallmedikation eingenommen werden (z.B. Nitro-Spray, von Hausarzt verschrieben)