

## Pressemitteilung

### Woche der Wiederbelebung

#### Durch prüfen, rufen und drücken Leben retten

Berlin, 12. September 2018 – Etwa 50.000 Menschen erleiden in Deutschland jährlich einen Herz-Kreislauf-Stillstand, an allen möglichen Plätzen und weit weg von Krankenhäusern. Über Leben und Tod dieser Menschen entscheiden immer Minuten. Darauf weist die BARMER mit Blick auf die Woche der Wiederbelebung vom 17. bis 23. September hin. „Ob im Straßenverkehr, zu Hause, bei der Arbeit oder im Sport, jeder von uns kann jederzeit in die Situation kommen, dass seine schnelle Hilfe Leben retten kann. Die Wiederbelebung durch medizinische Laien ist einfach und allemal besser, als untätig abzuwarten, bis der Notarzt da ist“, betont Dr. Ursula Marschall, leitende Ärztin der BARMER.

#### Einfaches Handeln macht Laien zu Lebensrettern

Laut Marschall reiche es völlig aus, wenn sich die erste Hilfe beim Herz-Kreislauf-Stillstand auf drei Schritte konzentriere. „Zunächst prüft man, ob eine reglose Person reagiert und ob sie keine normale Atmung zeigt. Falls das so ist, sofort die 112 anrufen. Danach drückt man fest und schnell in der Mitte des Brustkorbs der Betroffenen, etwa 100 Mal pro Minute“, schildert Marschall die lebensrettende Ersthilfe. Wem das zu abstrakt sei, könne zum Takt von Hits wie „Stayin‘ Alive“ oder „Highway to Hell“ drücken. Aufhören sollte man damit erst, wenn professionelle Retter eintreffen.

#### Kinder-Notfall-App Ratgeber für Notfälle

Speziell für Eltern von Kindern bietet die BARMER eine Smartphone-App an, die in der brenzligen Situation eines Notfalles sofort die richtigen Tipps bereithält. „Natürlich ist nicht jeder Notfall mit einem Herzstillstand verbunden. Unsere gemeinsam mit der Johanniter Unfallhilfe angebotene Kinder-Notfall-App sorgt gleichwohl bei jeder Notsituation dafür, dass bei der Hilfe keine Zeit verloren geht“, so Marschall.

Mehr unter <https://magazin.barmer.de/reanimation/>  
und [www.barmer.de/g100453](http://www.barmer.de/g100453)

**BARMER**  
**Pressestelle**

Axel-Springer-Str. 44 • 10969 Berlin

[www.barmer.de/presse](http://www.barmer.de/presse)  
[www.twitter.com/BARMER\\_Presse](http://www.twitter.com/BARMER_Presse)  
[presse@barmer.de](mailto:presse@barmer.de)

Athanasios Drougias (Ltg.)  
Tel.: 0800 33 30 04 99 14 21  
[athanasios.drougias@barmer.de](mailto:athanasios.drougias@barmer.de)

Sunna Gieseke  
Tel.: 0800 33 30 04 99 80 31  
[sunna.gieseke@barmer.de](mailto:sunna.gieseke@barmer.de)