

Neue App bringt Helfer zum Notfall

„Wir sind schneller als der Krankenwagen“

Bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand entscheiden Sekunden über Leben und Tod. Dank digitaler Technik können ehrenamtliche Medizin-Profis in der Nähe jetzt zum Unfallort gerufen werden und Erste Hilfe leisten



Die App alarmiert Retter wie Katrin (u.), die sich vorher registriert haben

Einmal schlug die App beim Elternabend laut Alarm: Tatütata! „Ich war zu spät, hatte mich gerade gesetzt und stürmte sofort wieder los“, erinnert sich Katrin Stroop (52). Gegenüber der Schule war ein Mann bewusstlos geworden, er atmete nicht mehr. Katrin Stroop startete die Wiederbelebung, dann kam der Notarzt und übernahm. Dass Katrin Stroop so schnell vor Ort war, rettete dem Mann das Leben.

Katrin Stroop ist Allgemeinmedizinerin, Anästhesistin und Notärztin. Privat macht sie bei der App „Mobile Retter“ mit. Wer sich als freiwilliger Helfer registriert, wird mit alarmiert, wenn jemand wegen eines Herz-Kreislauf-Stillstands die 112 anruft. „In Deutschland haben jährlich 100 000 Menschen einen

solchen Stillstand, aber nur 5000 werden erfolgreich wiederbelebt“, sagt Katrin Stroop, deren Mann die App entwickelt hat. Der Grund: Rettungswagen brauchen durchschnittlich acht Minuten zum Einsatzort. „Die Chance, zu überleben, sinkt jedoch pro Minute um zehn Prozent“, erklärt Katrin Stroop.

Zehn Landkreise mit 3000 Helfern sind angeschlossen

Mobile Retter sollen die Überlebenschancen verbessern: Über die App werden sie ständig von den Computersystemen der beteiligten Rettungsleitstellen geortet, dann mit einem Alarmton informiert und zum Ort des Geschehens gelotst – nach drei bis vier Minuten sind sie meist da. Mittlerweile sind zehn Landkreise in Deutsch-

land an das System angeschlossen und es gibt über 3000 aktive Retter.

Zwei von ihnen sind Kathrin (52) und Isabelle Hanke (20) aus Gütersloh. Mutter und Tochter liegt das Helfen im Blut: Isabelle Hanke ist nach dem Abitur Rettungssanitäterin geworden, Kathrin Hanke arbeitet seit 30 Jahren als Fachkrankenschwester für Anästhesie- und Intensivmedizin. „Wir machen mit, weil man in unseren Berufen ständig sieht, wie wichtig schnelles Handeln ist“, sagt Isabelle.

Mutter Kathrin wurde bislang vier Mal alarmiert – z.B.

Isabel, Kathrin und Katrin retten Leben – ehrenamtlich, nebenbei und voll professionell



beim Kochen oder Einkaufen. Das Rettungstäschchen mit Handschuhen und Beatmungsmaske steckt immer griffbereit in der Handtasche. „Aber es ist jedes Mal eine besondere Situation: Ich lasse alles stehen und liegen und komme in Freizeitkleidung zu jemandem nach Hause, der auf dem Boden liegt“, sagt Kathrin Hanke. Sie weiß nicht, was sie erwartet, muss überlegt handeln. Mitmachen können bei den mobilen Rettern daher bislang nach einem Training nur Menschen, die eine medizinische Ausbildung haben.

„Guten Tag, Sie haben den Notarzt gerufen, ich bin eine mobile Retterin und möchte schon mal helfen. Wo muss ich hin?“, sagt Kathrin Hanke immer. Dann kontrolliert sie schnell, ob ihr Notfall wirklich bewusstlos ist: „Wenn er nicht reagiert, aber atmet, lege ich ihn in die stabile Seitenlage. Atmet er auch nicht mehr, hat er wirklich einen Herz-Kreislauf-Stillstand und braucht bis zum Eintreffen des Notarztes eine Herzdruckmassage.“

Diese Erste-Hilfe-Technik ist die wichtigste Wiederbele-



Immer muss es schnell gehen, aber Einweghandschuhe aus dem Erste-Hilfe-Set sind Pflicht (u.)



bungsmaßnahme der mobilen Retter. „Wenn jemand aufgehört hat zu atmen, hat er noch für einige Minuten Sauerstoff im Blut und der muss ins Gehirn, damit dort die Zellen nicht absterben“, sagt Kathrin Hanke. Dafür braucht sie nur ihre Hände: Mit ihnen drückt sie in der Mitte des Brustkorbs rund fünf Zentimeter tief 100-mal pro Minute – das ist der Rhythmus des Liedes „Stayin' Alive“ von den Bee Gees oder „Atemlos“ von Helene Fischer.

Mit der Herzdruckmassage hat auch Katrin Stroop bei ihrer Elternabend-Alarmierung den Mann vor der Schule gerettet. Mittlerweile zeigt sie die Technik den Schülern des Gymnasiums: „Ich würde mir wünschen, dass sie bekannter wird – wenn sie Menschen beherrschen würden, wäre immer kompetente Hilfe da und es bräuchte irgendwann unsere App nicht mehr!“

CHRISTINE BÖHRINGER



Herzdruckmassage hilft bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand. Dafür in der Mitte des Brustkorbes im Rhythmus von „Stayin' Alive“ drücken

➕ Richtig handeln bei Sommer-Notfällen

Sonnenstich

■ DAS PASSIERT: „Direkte Sonneneinstrahlung auf Kopf und Nacken führt zu einer Entzündungsreaktion auf der Hirnhaut“, so Dr. Katrin Stroop.
DIE SYMPTOME: Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit, Erbrechen, innere Unruhe, Nackenschmerzen.
SO HELFEN SIE: Betroffenen sofort aus der Sonne holen, kühles Wasser zu trinken geben und Kopf mit feuchten Tüchern kühlen.



Kreislaufkollaps

■ DAS PASSIERT: „Durch einen Durchblutungs-mangel im Gehirn werden Betroffene kurz bewusstlos“, sagt Dr. Stroop.
DIE SYMPTOME: Schwindel, Schwarzwerden vor den Augen, leichte Übelkeit, zittrige Knie, Ohnmacht.

SO HELFEN SIE: Betroffenen in die Schocklage bringen – auf den Rücken legen und Beine anheben, damit das Blut Richtung Kopf fließt. „Einen Kreislaufkollaps sollte man abklären lassen“, rät Dr. Stroop. Neben Flüssigkeitsmangel können z.B. Herzkrankheiten Ursache sein.



Hitzekollaps

■ DAS PASSIERT: „Kommt zu viel Hitze von außen, stellen sich die Blutgefäße der Haut weit, um die Wärmeabgabe zu erhöhen. Dadurch fällt der Blutdruck ab, das Gehirn bekommt nicht mehr genügend Blut“, so Dr. Stroop.
DIE SYMPTOME: Blasse und feuchte Haut, schneller Puls, Schwindel, Schwäche, Übelkeit, Bewusstlosigkeit.
SO HELFEN SIE: Den Betroffenen in die Schocklage legen, zu trinken geben, ins Kühle bringen.

Insektengift-Allergie

■ DAS PASSIERT: „Nach dem Stich kommt es zu einer schweren allergischen Reaktion des Körpers bis hin zum lebensbedrohlichen anaphylaktischen Schock“, sagt Dr. Stroop.
DIE SYMPTOME: Hautrötung, Juckreiz, Quaddeln, Erbrechen,

Durchfall, Atemnot, Blutdruckabfall.
SO HELFEN SIE: 112 anrufen, Stachel entfernen, Schocklage bzw. bei Bewusstlosigkeit stabile Seitenlage anwenden. Notfallset beim Betroffenen suchen und z.B. Adrenalin-Pen in den Oberschenkel stechen.

*Stabile Seitenlage

■ Bewusstlosen mit ausgestreckten Beinen auf den Rücken legen, seitlich neben ihm knien. Seinen nahen Arm angewinkelt nach oben legen, Handinnenfläche oben. Handoberfläche des anderen Arms an seine Wange legen. Fernes Bein beugen, Betroffenen auf die Seite ziehen. Kopf nach hinten neigen, Mund leicht öffnen.



Bei Hitzekollaps die Schocklage! Damit das Blut zurück in den Kopf fließt

Ereignet sich in ihrer Nähe ein Unfall, wird Ärztin Katrin alarmiert. Sie lässt alles stehen und liegen und beantwortet Statusfragen im Display (u.)

