

der Atemspende seien jemals bekannt geworden, beruhigten die Autoren einer ausgiebigen Literaturrecherche 1998.

Schuld an den schlechten Überlebensraten nach Herzstillstand sind aber nicht nur die zögerlichen Laienhelfer. Schuld war wohl auch die bis Anfang letzter Woche geltende 15:2-Methode. Ohne Auffrischkurs hatten viele Helfer die Regel bald wieder vergessen. Und selbst wer sie kannte, konnte sie kaum einhalten.

«Zwei kurze Beatmungsstösse» seien ein Widerspruch in sich, fanden nämlich US-Forscher heraus. Sie hatten frisch trainierte Medizinstudenten beobachtet. Im Durchschnitt benötigten die Studenten 14 Sekunden für die zwei Atemstösse und nicht drei bis vier Sekunden wie vorgesehen. Beim Reanimieren nach dem Schema 15:2 kommt so während fast 60 Prozent der Zeit kein Kreislauf zu Stande.

### **Möglichst wenig Unterbrechungen**

Die Tierexperimente zeigen jedoch übereinstimmend, dass jede Unterbrechung der Herzmassage Gift ist. Hat der Helfer nach mehreren Herzkompressionen endlich die Blutzirkulation in Gang gebracht, fällt diese wieder zusammen, sobald er beatmet. Die Folge: Hirn und Herz werden mit viel zu schwachem Druck durchblutet. Im Tierversuch machte es keinen Unterschied, ob die Hunde, Ratten und Schweine «oben mit» oder «oben ohne» reanimiert wurden. In manchen Experimenten überlebten sogar mehr Tiere ohne Beatmung. Denn der Sauerstoff im Blut reicht etwa für die ersten fünf Minuten nach einem Herzstillstand aus – auch beim Menschen.

Die erbärmlichen Überlebensquoten

nach einem Herzstillstand zu verbessern, sind vor drei Jahren Spezialisten aus aller Welt angetreten. Insgesamt 281 Lebensrettungsexperten haben Daten analysiert und um einen Konsens gerungen. Letzte Woche veröffentlichten sie die neuen Richtlinien für Laien- und Profihelfer, die auch in der Schweiz übernommen werden.

### **Neue Regel: 30 zu 2**

Mit Ausnahme der seltenen Herzstillstände, die auf einen Sauerstoffmangel zurückzuführen sind, gilt ab sofort: 30 Herzkompressionen, 2 Beatmungsstösse, 30 Herzkompressionen, 2 Beatmungsstösse und so weiter, bis die Rettungskräfte eintreffen. «In ein paar Jahren wird man die Quote wohl weiter erhöhen, vielleicht erst auf 60:2, und später dann auf 100:2», mutmasst Wolfgang Ummenhofer.

Wer sich gar nicht zur Atemspende entschliessen kann, dem raten die Fachleute neu zur Methode «oben ohne» – Beatmung weglassen. Die Ergebnisse nach einigen Minuten Reanimation sind damit zwar schlechter als mit Beatmung – aber immer noch besser, als wenn gar nichts geschieht. Pro Minute, die tatenlos verstreicht, sinkt die Chance, ins Leben zurückzukehren, um 7 bis 10 Prozent. Nach 16 Minuten ohne Hilfe ist sie praktisch null.

*Erste-Hilfe-Kurse werden von verschiedenen Organisationen angeboten. Nicht immer verfügen die Ausbilder über eigene Erfahrung als Lebensretter. Der SRC rät zu zertifizierten Kursen.*

[www.resuscitation.ch](http://www.resuscitation.ch)

[www.lifesupport.ch](http://www.lifesupport.ch)