

Mensch des Monats

Dr. med. Martin Buchholz: „Man kann nichts falsch machen – außer man tut nichts.“

Die Herzretter-Trainings machen die Reanimation für

jeden zugänglich – kurz, lebendig und verständlich.

Auch schon für Grundschul Kinder!



FOTO: ANEL HEINIKEN

Herzretter-Initiative

Jeder kann Leben retten

In Hamburg überleben nur zehn Prozent der Betroffenen ein plötzliches Herzversagen – oft hakt es schon bei der Ersthilfe. Die Herzretter-Initiative sorgt dafür, dass mehr Menschen sich trauen, im Notfall einzugreifen.

Nur 40 Prozent der Deutschen sieht sich laut Umfragen in der Lage, bei einem Herzstillstand Erste Hilfe zu leisten und würde sich das nach eigener Einschätzung auch trauen.

Viel zu wenig, findet der Orthopäde und Chirurg Dr. Martin Buchholz. Er überlebte 2015 einen Herzinfarkt. Dieses Glück soll mehr Menschen zu Teil werden: „In Deutschland könnten jedes Jahr 10.000 Menschen gerettet werden, wenn Wissen und Mut zur Ersthilfe verbreiteter wären“, sagt er. „Deutschland steht im EU-Vergleich wirklich schlecht da mit den Zahlen.“

Damit sich das ändert, gründete er 2016 die Herzretter-Initiative. Das Ziel: Dafür sorgen, dass das Bewusstsein und der Mut zur Ersthilfe bei Herzversagen größer wird. „Viele haben das erste und letzte Mal für ihren Führerschein einen Erste-Hilfe-Kurs besucht – das reicht nicht. Im Notfall darf man sich nicht auf andere verlassen. Man muss mit der Situation umgehen können und auch Leben retten“, sagt Martin Buchholz.

”



Dr. med. Martin Buchholz: „Jeder sollte wissen, wie er bei einem Herzstillstand helfen kann. Und den Mut haben, beherzt zu handeln!“

Um die Wiederbelebung und ihre Wichtigkeit mehr in den öffentlichen Fokus zu rücken, sind 14 Herzretterinnen und Herzretter in Hamburg unterwegs. Sie geben Trainings in Schulen, Unternehmen und sogar schon bei Vorschulkindern in Kitas. „Wir starten ein Modellprojekt, um allen Vorschulkindern ein Herzretter-Training zu ermöglichen“, sagt Martin Buchholz. „Natürlich läuft das anders ab als bei Erwachsenen. Aber Kinder sind sehr früh dafür empfänglich und lernen spielerisch, eine Notsituation zu erkennen und kriegen das Bewusstsein, wie man helfen kann.“

Aber wie genau sieht ein Herzretter-Training aus? Wer an den klassischen Ersthelfer-Kurs denkt, liegt falsch. „Wir wollen die Thematik aus dem Gesamtkomplex der Ersthilfe rauslösen“, erklärt der Gründer der Initiative. „Natürlich ist bei jeder Verletzung Hilfe wichtig, aber an einem gebrochenen Arm stirbt man nicht – das Gehirn hingegen kann nur drei Minuten ohne Sauerstoff auskommen. So schnell ist der Rettungswagen nur in den seltensten

Fällen da. Dementsprechend muss die Wiederbelebungs-kette direkt beim ersten Glied optimiert werden: beim Ersthelfenden.“

Zwei Schulstunden lang lernen die Schülerinnen und Schüler ab der ersten Klasse alles über die Sofortmaßnahmen bei einem plötzlichen Herzstillstand. Woran erkennt man die lebensbedrohliche Situation? Wen holt man wie zur Hilfe? Wie läuft eine Herzdruckmassage ab und wie bedient man einen Defibrillator, nachdem man ihn gefunden hat?

Schulen, die Interesse an einem Herzretter-Training haben, können sich bei der Initiative melden. „Die Nachfrage ist sehr hoch“, sagt Martin Buchholz zufrieden. Zwölf Schulen sind bereits Partner der Initiative, sprich, sie haben das Training fest im Lehrplan verankert. Nicht nur für Kinder gibt es dieses Angebot: Firmen können zu Herzretter-Unternehmen werden und Sportvereine können ihren Mitgliedern die Trainings ermöglichen.

Über 50.000 Menschen haben bereits am Herzretter-Training teilgenommen. Aber das Team hat sich hohe Ziele gesteckt: „Eigentlich wollen wir jeden erreichen“, sagt Martin Buchholz. „Nur dann ist wirklich gewährleistet, dass immer jemand helfen kann.“ Erstmals sind er und seine Herzretterinnen und -retter aber auch mit 40.000 Kindern und Jugendlichen pro Jahr zufrieden. Und am besten weiteren 40.000 Erwachsenen, die erreicht werden.

Dafür braucht die Initiative Geld und Öffentlichkeit, denn die Trainings sind für Jugendliche spendenfinanziert und somit kostenfrei. „Wir sind in Gesprächen mit der Schul- und der Sozialbehörde bezüglich einer nachhaltigen Finanzierung“, so Martin Buchholz. Für Öffentlichkeit soll unter anderem Hamburgs Erster Bürgermeister sorgen: Im November wird Hamburg unter seiner Schirmherrschaft die erste Herzretter-Stadt in Deutschland!

Autorin: sophie.rhine@funkemedien.de
Infos: www.herzretter.de

ZUM VEREIN:

Ich kann Leben retten!

Der Verein „Ich kann Leben retten! e. V.“ setzt sich seit 2016 mit kostenlosen Herzretter-Trainings für die Ausbildung von Kindern und Jugendlichen ein. Seit 2018 ermöglicht die Herzretter-Kurse GmbH es, auch Erwachsenen das Thema der Laienreanimation näherzubringen.

Spendenkonto:

Ich kann Leben retten! e. V.
IBAN: DE32 2005 0550 1002 2536 05
Verwendungszweck: Spende für Herzretter-Trainings