

## Pressemitteilung

15.09.2023

### **Jeder kann Leben retten – "Woche der Wiederbelebung" vom 18.-24. September**

Ein plötzlicher Herzstillstand kann jeden treffen – genauso kann aber auch nahezu jeder helfen. Zumindest wenn man weiß, was zu tun ist. Dafür macht sich das Gesundheitsamt Mühldorf a. Inn und die Gesundheitsregion<sup>plus</sup> besonders im Rahmen der „Woche der Wiederbelebung vom 18. Bis 24 September stark.

"Wir möchten dazu beitragen, dass möglichst viele Menschen sofort wissen, was zu tun ist, wenn eine Person einen Herz-/Kreislaufstillstand erleidet" führt Dr. Benedikt Steingruber, Leiter des Gesundheitsamts Mühldorf a. Inn, aus. "In Deutschland sind im Durchschnitt täglich 250 Menschen betroffen. Besonders die ersten Minuten sind entscheidend. Es könnten jedes Jahr über 10.000 Menschen gerettet werden, wenn bei einem Herzkreislaufstillstand sofort reanimiert werden würde. Eine richtig durchgeführte Herzdruckmassage ist sehr wirksam."

Daher bietet das Gesundheitsamt im Herbst Trainings in den Kommunen des Landkreises an, um möglichst vielen Bürgerinnen und Bürgern praktisches Knowhow zur Wiederbelebung zu vermitteln. Ziel ist es, dass zum einen die Teilnehmenden selbst wissen, was im Notfall zu tun ist und zum anderen, dass die Geschulten diese Informationen dann an Familie, Freunde und Bekannte weitergeben.

"Wir bringen das Thema außerdem in die Schulen. Auch Jugendliche können Leben retten, wenn sie erst mal wissen, was zu tun ist. Spätestens ab der siebten Jahrgangsstufe sind sie dazu in der Lage, wenn sie entsprechend geschult sind. Und dafür setzen wir uns ein" ergänzt Sozialpädagogin Carola John-Hofmann aus dem Gesundheitsamt.

Die Botschaft ist ganz einfach:

**Prüfen** – Prüfen, ob die bewusstlose Person noch reagiert bzw. atmet.

**Rufen** – Rettungsdienst unter 112 verständigen.

**Drücken** – 100 – 120 mal pro Minute in der Mitte des Brustkorbs drücken und erst aufhören, wenn der Rettungsdienst übernimmt

„Diese drei Schritte können Leben retten. Deswegen wollen wir möglichst viele Bürgerinnen und Bürger zum Thema Wiederbelebung sensibilisieren und freuen uns auf die anstehenden Trainings“, ergänzt Dr. Cornelia Erat, Ärztin am Gesundheitsamt.

Anfragen zu Reanimationstrainings für Gruppen nehmen die Ansprechpartnerinnen Dr. Cornelia Erat und Carola John-Hofmann per E-Mail unter [gesundheitsfoerderung@lra-mue.de](mailto:gesundheitsfoerderung@lra-mue.de) entgegen. Darüber hinaus sind Informationen sowie Materialien zum Thema Laienreanimation unter [www.einlebenretten.de](http://www.einlebenretten.de) zu finden.





**Bildunterschrift:** Wie die Wiederbelebung korrekt funktioniert zeigt Sozialpädagogin Carola John-Hofmann (links) den Kolleginnen und Kollegen des Gesundheitsamts: Verena Hintermeier, Azubi Michael Hargasser und Sylvia Wimmer

**Bildnachweis:** Pressestelle Landratsamt Mühldorf a. Inn

