Herznotfall: Jede Minute zählt!

Die Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die Todesursache Nummer 1 in der Schweiz, fordern hierzulande jährlich rund 8000 bis 10 000 Opfer. Sachkundige Hilfe bei einem Herzinfarkt oder bei einem Herzstillstand kann Leben retten. Machen Sie sich daher mit den richtigen Massnahmen vertraut.

Typisch für einen Herzinfarkt sind folgende Anzeichen:

- **Heftiger Druck** und stechende, klemmende oder brennende **Schmerzen in der Brust von mindestens 15 Minuten Dauer,** oft verbunden mit Atemnot und Todesangst.
- Manchmal **Ausstrahlung der Schmerzen in den ganzen Brustkasten,** in beide Schultern, Arme, den Hals, Unterkiefer oder Oberbauch.
- Mögliche Begleitsymptome sind zudem **fahle Gesichtsfarbe, Übelkeit,** Schwäche, **Schweissausbrüche,** Atemnot und unregelmässiger Puls.

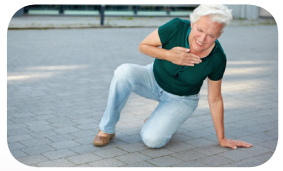
Richtiges Reagieren:

- **Alarmieren Sie den Notruf 144** und geben Sie Adresse (Standort), Name und Alter sowie den Zustand des Patienten bekannt.
- Lagern Sie die betroffene Person auf den Rücken auf ein Bett, Sofa oder den Boden.
- Erhöhen Sie den Oberkörper leicht durch Unterlegen von Kissen, Decken oder Ähnlichem unter Kopf, Nacken und Rücken.
- Lockern Sie einengende Kleidungsstücke wie Krawatte, Gürtel oder Büstenhalter.
- Beleuchten Sie in der Nacht Wohnung, Treppenhaus und Haustür. Bitten Sie einen Nachbarn, die Ambulanz einzuweisen, während Sie beim Patienten bleiben und ihn beruhigen.

Achtung! Bei Frauen, Diabetikern und älteren Patienten können folgende Symptome als alleinige Warnsignale auftreten: Luftnot, unerklärliche Übelkeit und Erbrechen, Druck in Brust, Rücken oder Bauch.

Symptome bei Herz-Kreislauf-Stillstand:

- Das Opfer fällt um oder sinkt im Stuhl zusammen
- Keine Reaktion auf lautes Ansprechen und Schütteln
- Keine Atmung



Richtiges Reagieren:

- Notruf 144 alarmieren
- Beginnen Sie sofort mit der Herz-Lungen-Wiederbelebung.
- Wenn möglich unverzüglich defibrillieren*.

***Automatische externe Defibrillation**
Ein kleines Gerät, das sich auf einfachen Knopfdruck bedienen lässt, kann Patienten nach einem Herzstillstand wirksam reanimieren.

Das handliche HELP-Notfall-Set der Schweizerischen Herzstiftung enthält eine Check-Karte im Kreditkartenformat, kombiniert mit einem Notfallpass, einem Kleberbogen und einem Informationsfaltblatt. Gratis bestellen unter **031 388 80 80** oder **info@swissheart.ch.**

Quelle: Schweizerische Herzstiftung

Schweizerische Herzstiftung
Aktiv gegen Herzkrankheiten und Hirnschlag

Notfallnummern

117 Polizei
Arbeits- und Verkehrsunfälle mit Verletzten oder Toten

144 Ambulanz Erste Hilfe
Bei Lebensgefahr, schweren Verletzungen oder im Zweifelsfall

118 Feuerwehr
Eingeklemmte/feststeckende Unfallopfer, Brand und Explosionsgefahr, Verseuchungsgefahr

112 Europäischer Notruf
Hilfe in ganz Europa

145 Vergiftungen

1414 Rega
Schwerverletzte, Bergunfälle, schwer zugängliche Unfallstellen

Verhalten bei Unfällen

Was muss man angeben?

In einem Notfall bleiben Sie ruhig, und geben Sie folgende Präzisionen bekannt:

Wer ruft an? > **Was** ist passiert? > **Wo** ist der Unfall passiert? > **Wann** ist der Unfall passiert? < **Wie** ist die Situation?

Suva, schwere Unfälle und Todesfälle
Für Unternehmen, die bei der Suva versichert sind: Bei schweren Unfällen, insbesondere Todesfällen, umgehend Ihre Suva-Agentur telefonisch benachrichtigen. **Weitere Infos** finden Sie unter www.suva.ch oder kontaktieren Sie direkt Ihre Suva-Agentur (www.suva.ch/agenturen).