

## Handreichung zu Wiederbelebungsmaßnahmen in Zeiten der COVID-19-Pandemie

Mindestens 50.000 Menschen erleiden pro Jahr in Deutschland einen Herz-Kreislauf-Stillstand außerhalb eines Krankenhauses<sup>1</sup>. Leider werden in nur 40 % der Fälle (Stand 2020)<sup>2</sup> Wiederbelebungsmaßnahmen durch Anwesende, wie z.B. Familienangehörige, Freunde oder andere Personen durchgeführt. Wenn mehr Bürgerinnen und Bürger sofort mit Wiederbelebungsmaßnahmen beginnen würden, könnten über 10.000 Menschenleben pro Jahr in Deutschland zusätzlich gerettet werden.<sup>3</sup>

Auch in Zeiten der COVID-19-Pandemie kommt dem Thema Laienreanimation eine besondere Bedeutung zu. Um eine mögliche Infektionsgefahr zu minimieren, wird folgende Modifikation der Wiederbelebungsmaßnahmen empfohlen:<sup>4 5</sup>

Hinweis: Diese Modifikationen gelten ausschließlich für den Fall einer unklaren Infektionslage!  
Die Modifikationen sind in **rot** und **fett** hervorgehoben

### 1. Prüfen

Rufen Sie laut: „Hallo, können Sie mich hören?“.

Beobachten Sie mögliche Bewegungen des Brustkorbs als Anzeichen einer Atmung.

**Verzichten Sie bei unklarer Infektionslage auf das Hören und Fühlen der Atmung an der bewusstlosen Person.**

### 2. Rufen

Wählen Sie sofort die europaweite Notrufnummer 112. Legen Sie erst dann auf, wenn die Person aus der Leitstelle keine weiteren Fragen mehr hat.

**Bei Verdacht auf eine COVID-19-Infektion, geben Sie diesen beim Notruf an.**

### 3. Drücken

Beginnen Sie nun sofort mit der Wiederbelebung (Herzdruckmassage), lassen Sie keine Zeit verstreichen.

**Decken Sie den Mund und die Nase der bewusstlosen Person z.B. mit einem Taschentuch ab.** Legen Sie Ihre Hände übereinander und mit den Handballen nach unten auf die Mitte des Brustkorbs der hilfsbedürftigen Person. Die richtige Position befindet sich in Höhe der Brustwarzen. Der Oberkörper sollte nach Möglichkeit frei sein. Drücken Sie mit einer Geschwindigkeit von 100 bis 120 Mal pro Minute sehr fest auf den Brustkorb. Am besten 5 bis 6 Zentimeter tief. Halten Sie dabei die Arme gestreckt, um kräftigen Druck ausüben zu können.

**Machen Sie solange weiter, bis der Rettungsdienst übernimmt.** Sind mehrere Personen anwesend, die helfen können, wechseln Sie sich immer wieder ab. Dabei dürfen keine Pausen entstehen. **Halten Sie dabei aber untereinander einen Mindestabstand von 1,5 Meter ein.**

**Führen Sie keine Mund-zu-Mund-/Nase-Beatmung bei unklarer Infektionslage durch.**

Bei Rückfragen steht Ihnen das Team des Nationalen Aktionsbündnis Wiederbelebung unter [wiederbelebung@bzga.de](mailto:wiederbelebung@bzga.de) zur Verfügung.

Die Handreichung steht Ihnen unter [www.wiederbelebung.de/mediathek/](http://www.wiederbelebung.de/mediathek/) zum Download zur Verfügung.

<sup>1</sup> Fischer M et al. Deutsches Reanimationsregister der DGAI. Notfall Rettungsmed (2013), 16:251–259 sowie Jahresberichte 2015 bis 2018 des Deutschen Reanimationsregisters.

<sup>2</sup> Fischer, M., et al., Jahresbericht Außerklinische Reanimation 2019 des Deutschen Reanimationsregisters. Anästh Intensivmed 2020. 61:V89–V93

<sup>3</sup> Gräsner JT, Werner C, Geldner G, Böttiger BW. 10 Thesen für 10.000 Leben. Bad Bollener Reanimationsgespräche 2014. Notfall Rettungsmed (2014), 17:313-331.

<sup>4</sup> Gräsner J-T, Bohn A, Seewald S, Bein B, Fischer M, Wnent J: COVID-19 und Herz-Kreislauf-Stillstand. Aktuelle Anpassungen der Guidelines 2015. AnästhIntensivmed. 2020;61:S148-S158.

<sup>5</sup> GRC Handlungsempfehlungen Reanimation durch Ersthelfer in Zeiten von COVID-19. <https://www.grc-org.de/projekte/21-2-COVID-19>