

*Ralf Sick engagiert sich seit über 33 Jahren in der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V., er leitet die Johanniter-Akademie und ist Bereichsleiter Bildung, Erziehung und Ehrenamt. Als Teil der Kampagne #10000LebenRetten will er zur Wiederbelebung ermutigen.*



© Hoffotografen

**Die Initiative #10000LebenRetten von ratiopharm und der Johanniter-Unfall-Hilfe zeigt: Wenn Ersthelfer eine Herzdruckmassage ausführen, könnten jedes Jahr 10 000 Menschen mehr einen Herz-Kreislauf-Stillstand überleben.**

# Wer steckt eigentlich hinter...

**A**ls die Johanniter-Unfall-Hilfe und ratiopharm das Projekt #10000LebenRetten vorstellen, hat Ralf Sick erschreckende Zahlen zur Hand: Jedes Jahr erleiden in Deutschland rund 50 000 Menschen einen Herz-Kreislauf-Stillstand. Bloß einer von zehn überlebt. Denn in nur 40 Prozent der Fälle beginnen die Anwesenden mit der Wiederbelebung. Viele sind verunsichert, den letzten Erste-Hilfe-Kurs haben sie für ihren Führerschein besucht. Der Blick ins Ausland zeigt: Die Skandinavier fühlen sich selbstbewusster, ganze 70 Prozent führen dort die Herzdruckmassage aus, wenn nötig. Wäre die Bereitschaft hierzulande ebenso hoch, könnten jedes Jahr 10 000 Menschen mehr einen Herz-Kreislauf-Stillstand überleben.

Ralf Sick erklärt die Herzensretter-Idee der Johanniter als Stufenplan: Kommt es zu einem Herz-Kreislauf-Stillstand, sollen die Ersthelfer zwingend einen Notruf absetzen. Die zusätzliche Herzdruckmassage ist leicht durchzuführen und für den Betroffenen wertvoll. Wer sich traut, kann zusätzlich beatmen, damit steigen die Überlebenschancen weiter. Als höchste Stufe folgt die Defibrillation, wenn ein Gerät vorhanden ist. Je ländlicher eine Region ist, umso länger dauert es, bis ein Rettungswagen eintrifft. Die Maßnahmen zusätzlich zum Notruf sind dann umso wichtiger.

Unter dem Motto „Du musst kein Held sein, um einer zu werden“ vermittelt #10000LebenRetten die fehlende Sicherheit. Ab August besucht ein begehrter Truck 160 Standorte. Er wurde gemeinsam mit Roadshow-Experten und einer Videospiele-Agentur ausgebaut, um die Besucher interaktiv und mit Spaß an das Thema zu führen. Sie erhalten hier Informationen zur Ersten Hilfe und können die Herzdruckmassage unter realistischen Bedin-

gungen üben. Denn der Truck enthält eine Art Escape Room: einen nachgebauten U-Bahn-Wagen, in dem eine Puppe einen Kreislaufstillstand erleidet.

Zur Initiative gehören auch emotionale Plakate. Hier werden keine Models gezeigt, sondern Mitarbeiter der Johanniter-Unfall-Hilfe und von ratiopharm sowie die Basketballspieler von ratiopharm Ulm. Mit Statements wie „Ich mache mit, weil es jeden treffen kann. Auch dich“ oder „Ich mache mit, weil ich nicht hilflos daneben stehen möchte“ verraten sie, wieso sie sich an der Kampagne beteiligen. Solche Plakate kann man in einer Fotobox im Truck auch von sich selbst erstellen.

Während der Übungseinheit meldet ein Avatar zurück, ob die Ersthelfer alles richtig machen – dabei ist der größte Fehler, die Wiederbelebung zu unterlassen. Eine gebrochene Rippe heilt, verletzte Organe sind behandelbar, aber ein unbehandelter Herzstillstand ist irreparabel. Auch Ralf Sick meint: „Es ist kinderleicht. Es braucht nur einen beherzten Impuls als Ersthelfer: ‚Ich will helfen!‘ Diesen zündenden Impuls wollen ratiopharm und die Johanniter gemeinsam an Menschen in Deutschland weitergeben.“ ■

Weitere Informationen finden Sie unter: [www.10000lebenretten.de](http://www.10000lebenretten.de)