



Foto: C. Lietzmann

Lebensretter werden!

ERSTE HILFE | Wenn Freizeit-Sportler plötzlich zusammenbrechen, lautet die Diagnose nicht selten: plötzlicher Herzstillstand. Wer in diesem Notfall weiß, was zu tun ist, kann Leben retten.

Auch jüngere, sportliche und scheinbar gesunde Menschen können das Risiko eines plötzlichen Herztods in sich tragen – denn der Auslöser ist eine zum Kreislaufstillstand führende Herzrhythmusstörung. Sie kann in der Regel nur durch Elektroschocks beendet werden. Wird die Zeit bis zur Anwendung der Elektroschocks durch den Notarzt nicht durch eine fachgerechte Herzdruckmassage überbrückt, ist ein Hirntod nach wenigen Minuten unausweichlich.

Der Kardiologe Dr. Hartmut von Ameln (60) und Lothar Balz (58) haben diese Situation bereits erleben müssen – bei kaltem Herbstwetter unter Flutlicht auf einem Fußballplatz in Berlin-Tegel. „Wir hatten ein Pokalspiel der Über-50-Jährigen, unser DJK Roland Borsigwalde gegen den Nordberliner FC“, berichtet Balz, der viele Jahre als Marktleiter im Einzelhandel gearbeitet hat. „Mitte der zweiten Halbzeit bin ich urplötzlich umgekippt.“ An mehr erinnert er sich nicht. Gegenspieler Hartmut von Ameln reagierte schnell: „Seine

Dr. Hartmut von Ameln (2. v. links) wusste als einziger, wie er Lothar Balz (2. v. rechts) mit einer Herzdruckmassage vor dem Herztod retten konnte.

Mannschaftskollegen standen ratlos herum. Mir war aber gleich klar, dass Balz einen Kreislaufstillstand hatte und ich begann sofort mit der Herzdruckmassage.“ Gut 20 Minuten pumpte von Ameln, bis endlich der Notarzt mit dem Defibrillator eintraf. Als Ursache des Kreislaufstillstands bei Balz stellte sich ein Herzinfarkt heraus, der dann im Krankenhaus erfolgreich behandelt werden konnte.

Lothar Balz hatte Glück. Bleibende Schäden trug er nicht davon und nach neun Monaten Auszeit hat der Spandauer wieder angefangen zu arbeiten; er geht mit dem Hund spazieren und treibt leichten Sport. Hartmut von Ameln darf sich jetzt offiziell „Lebensretter“ nennen, „ein sehr gutes Gefühl, das mich schon ein bisschen stolz macht“, sagt der Gründer der Kardiologischen Gemeinschaftspraxis am Park Sanssouci in Potsdam.

Wenn es nach der AOK Berlin-Brandenburg und dem Berliner Fußball-Verband geht, sollen viel mehr Freizeitsportler die Fähigkeiten erlernen, im Notfall als Lebensretter einspringen zu können. Mit dem Projekt „Lebensretter auf dem Fußballplatz“ wenden sich die Partner an aktive Sportler und bieten ihnen Herz-Lungen-Wiederbelebungs-Kurse an. Die Kosten übernimmt die AOK Berlin-Brandenburg. Die Profivereine Hertha BSC, 1. FC Union Berlin, FC Energie Cottbus und 1. FFC Turbine Potsdam unterstützen das Engagement. Ex-Profi René Tretschok und Turbine-Trainer Bernd Schröder konnten als Schirmherren gewonnen werden. Hertha BSC tritt im Rahmen des Projekts Ende 2010 zu einem Benefizspiel in Brandenburg an. Die Einnahmen werden an die Deutsche Herzstiftung e. V. gespendet.

Markus Wilms

Das Retten lernen

In Kursen erfahren Teilnehmer, wie eine Herzdruckmassage funktioniert.

Herz-Lungen-Wiederbelebungs-Kurse gibt es am 19. Januar 2011 und am 19. Oktober 2011 im Landesleistungszentrum „Richard Genthe“ in Berlin-Wannsee.

Anmeldung:

Über die Geschäftsstelle des Berliner Fußballverbandes,
Kerstin Grünheit,
Telefon: **030 89699437**,
E-Mail: kerstin.gruenheit@berlinerfv.de



Illustration: Herzstiftung/U. Eberius