Wenn jede Sekunde zählt



Jürg Mühlemann, Redaktion

Sie leisten Erste Hilfe, bis der Rettungsdienst eintrifft. Die sogenannten «First Responder» sind Ersthelfende, die bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand aufgeboten werden. Als wichtiger Teil der Rettungskette überbrücken sie wertvolle Zeit. Denn: jede Sekunde zählt.

Der englische Begriff «First Responder» hat sich im deutschsprachigen Raum als Fachbegriff für «Ersteintreffender» etabliert. First Responder sind Freiwillige, die als Helfer bei Patienten mit einem Herz-Kreislauf-Stillstand eingesetzt werden. Es wird kein professionelles medizinisches Wissen vorausgesetzt. Bei einem Alarm ist der Zeitfaktor für die Hilfeleistung von zentraler Bedeutung. In den vergangenen Jahren wurden mehrere kantonale First-Responder-Systeme erfolgreich eingeführt.

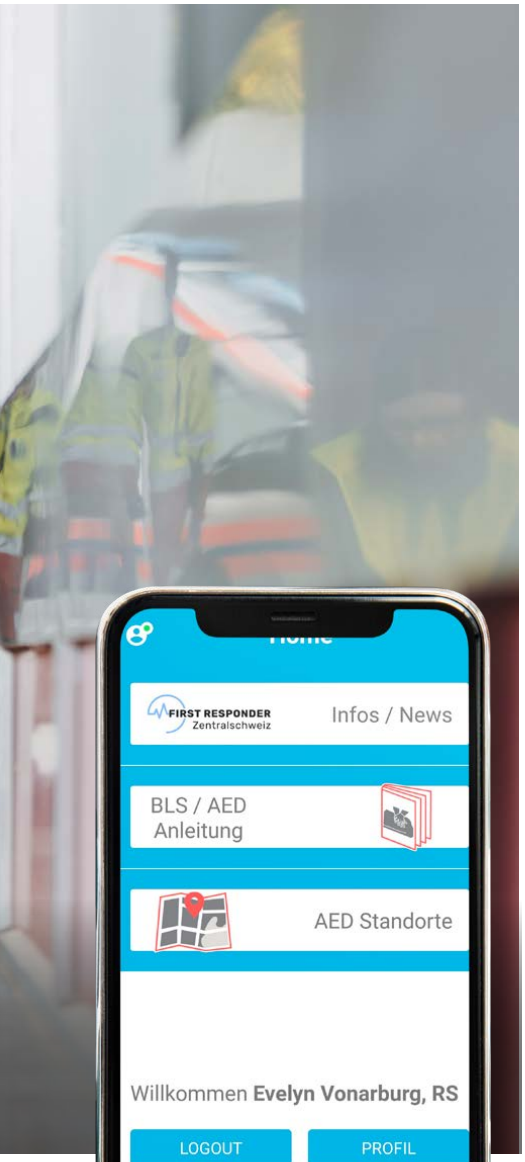
Das Ziel ist, Zeit zu überbrücken

In der Schweiz erleiden jährlich 8'000 Personen einen Herz-Kreislauf-Stillstand. Entscheidend für das Überleben sind die rasche Alarmierung der professionellen Rettungsdienste (Sanitätsnotruf 144) sowie unverzüglich begonnene Wiederbelebungsmassnahmen. Mit jeder Minute, die nach einem Herzstillstand ohne Wiederbelebungsmassnahmen vergeht, sinken die Überlebenschancen um rund zehn Prozent. Schon nach etwa drei bis fünf Minuten ohne Sauerstoffzufuhr kann das Gehirn irreversible Schäden erleiden. Der Patient ist deshalb auf schnelle Hilfe angewiesen. Bis der Rettungsdienst am Einsatzort eintrifft, kann es bis zu zehn Minuten dauern, in ländlichen Gebieten auch länger. Das ist oft zu spät. First Responder überbrücken mit ihrem Einsatz die Zeit bis zum Eintreffen der Rettungsdienste. Mit Thoraxkompressionen, Beatmung und nach Möglichkeit mithilfe eines Defibrillators steigern sie die Überlebenschancen des Betroffenen markant.

Alarmiert werden First Responder über eine App. Die Notrufzentrale sieht mithilfe dieser App, welche First Responder in der Umgebung verfügbar sind. Bei einem Alarm können sie einen Einsatz ablehnen oder annehmen. Nehmen sie ihn an, sind sie verpflichtet, sich schnellstmöglich auf den Weg zu machen. Beim Patienten angekommen, beginnen sie sofort mit der Reanimation. Sobald die Rettungssanitäter eintreffen, übernehmen diese die Versorgung des Patienten. Je mehr First Responder in einer Region vertreten sind, desto besser, denn umso grösser ist die Chance, dass bei einem Herzstillstand ein First Responder vor Ort ist.

Je nach Region unterschiedlich gut ausgebaute Systeme

Laut Tobias Meyre, Bereichsleiter First Responder und First Aid beim Interverband für Rettungswesen IVR, ist die Definition des «First Responder» ein weiter Begriff. Streng genommen handelt es sich um Personen, die von der Notrufzentrale 144 vor allem für die Reanimation bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand aufgeboten werden können. Tobias Meyre betont jedoch, der Aufgabenbereich eines First Responder könne sich je nach Region stark unterscheiden. In Berggebieten, wo die Rettungsdienste länger brauchen, bis sie vor Ort eintreffen, sind die First Responder besser ausgebildet und besser ausgerüstet. Ihre Aufgabe beschränkt sich nicht auf das Reanimieren. Dank einer guten Ausbildung sind sie in der Lage, auch in anderen Notfällen Erste Hilfe zu leisten und befinden sich in



Zwei First Responder beim Reanimieren einer Patientin bis zum Eintreffen der Rettungsdienste
Quelle:
Interverband für Rettungswesen IVR

einem Pikettdienst. In Städten, wo First Responder ausschliesslich für Reanimationen aufgeboten werden, beschränkt sich deren Ausbildung in der Regel auf einen gültigen BLS-AED-Ausweis. Die Kantone entscheiden, welches Anforderungsprofil ein First Responder mitbringen soll.

In der Zentralschweiz wurde mit Unterstützung der Kantone und der Rettungsdienste das First-Responder-System Zentralschweiz aufgebaut. Damit ist es gelungen, ein wichtiges Glied in der Rettungskette zu schliessen. Dem Netzwerk sind die Kantone Luzern, Nidwalden, Obwalden und Uri sowie der Bezirk Küssnacht angeschlossen. Laut Evelyn Vonarburg, Rettungssanitäterin und Regionen-Master des Rettungsdienstes LUKS, kann das Netzwerk aktuell auf die Hilfe von 1637 First Respondern zurückgreifen.

Welche weiteren Kantone über First-Responder-Netzwerke verfügen, kann der Tabelle (siehe unten) entnommen werden, wobei diese Auflistung keinen Anspruch auf Vollständigkeit erhebt. In einzelnen Kantonen sind First-Responder-Netze noch kein Thema oder befinden sich im Aufbau. First Responder können auch Mitarbeitende von Blaulichtorganisationen sein: Polizisten, Feuerwehrleute, Rettungssanitäter etc.

Startansicht der App von First Responder Zentralschweiz
Quelle:
Evelyne Vonarburg

Der Interverband für Rettungswesen IVR ist daran, ein Qualitätsmanagementsystem mit Mindestanforderungen an ein First-Responder-Netzwerk zu erarbeiten. Laut Tobias Meyre will der IVR mit diesen Mindestanforderungen die Kantone dabei unterstützen, den richtigen Weg einzuschlagen. Zudem sollen Kantone, die noch nicht über ein First-Responder-System verfügen, mit wissenschaftlich erhobenen Daten vom Nutzen eines solchen Netzwerks überzeugt werden.

So wird man First Responder

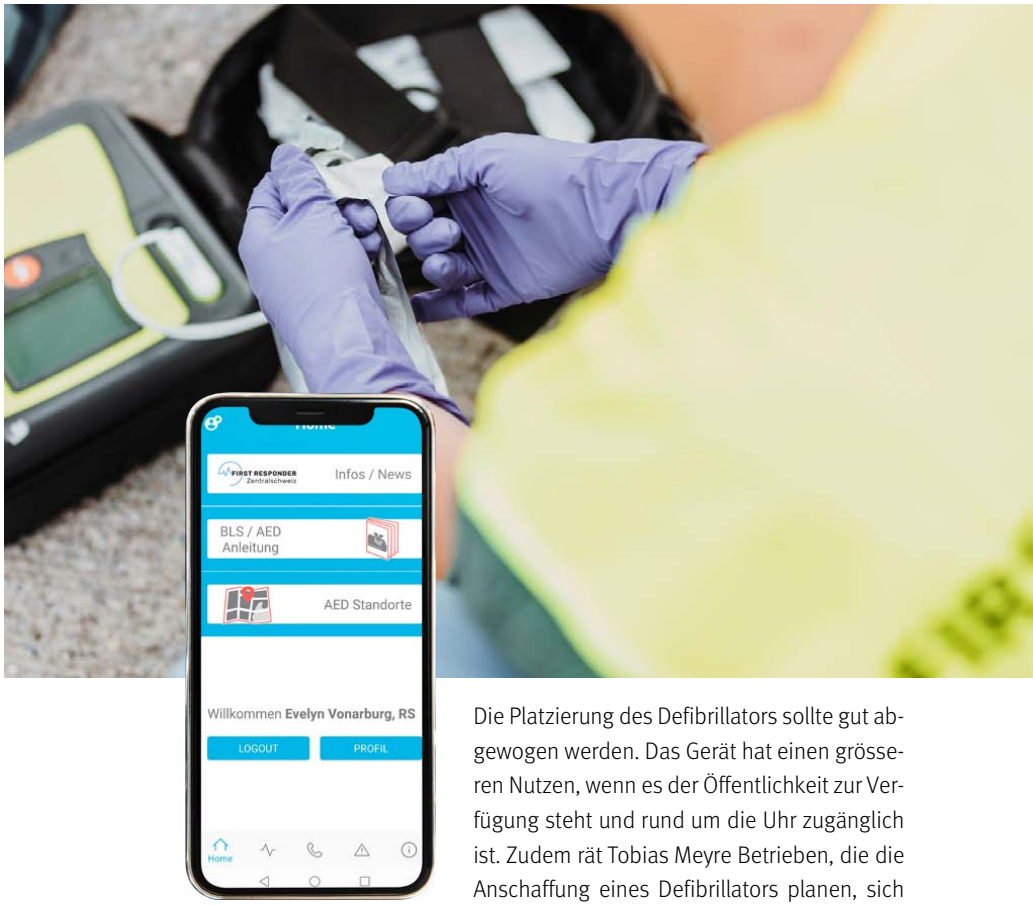
Wer First Responder werden will, muss einige Voraussetzungen erfüllen. Nebst der Bereitschaft, Einsätze als First Responder zu leisten, wird ein regelmässiger Aufenthalt in der entsprechenden Region vorausgesetzt. Betreffend Ausbildung ist der erfolgreiche Abschluss eines BLS-AED-SRC-Komplettkurses Bedingung (BLS = Basic Life Support, AED = Automatisierter externer Defibrillator, SRC = Swiss Resuscitation Council). Dieser Kurs dauert vier Stunden.

Wenn Interessierte dieses Anforderungsprofil erfüllen, absolvieren sie in den meisten Kantonen eine Einführungsschulung, die in der Regel online durchgeführt wird und zwei bis vier Stunden dauert. In dieser Einführungs-

Liste der First-Responder-Netzwerke

Netzwerk	Kantone	Website
Cœur wallis	Wallis	coeurwallis.ch/de
First Responder Bern	Bern	firstresponder.be
First Responder Solothurn	Solothurn	first-responder-solothurn.ch
First Responder Zentralschweiz	Luzern, Nidwalden, Obwalden, Uri, Bezirk Küssnacht	firstresponderzentralschweiz.ch
Fondation First Responders	Freiburg, Jura, Waadt	fondation-first-responders.ch
Fondation RéaJura Coeur	Jura	reajura.ch
Fondazione Ticino Cuore	Tessin	ticinocuore.ch/it
Rettung St. Gallen	St. Gallen	rettung-sg.ch/externe-schulungen/first-responder
Save a Life	Genf	save-a-life.ch
Stiftung Ersthelfer Nordwestschweiz	Basel-Stadt, Basel-Land	stiftung-ersthelfer.ch
Verein First Responder Plus	Freiburg	fr-plus.ch

Diese Auflistung erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit



Ein First Responder bereitet am Defibrillator die Elektroden vor, die am Patienten aufgeklebt werden.
Quelle: First Responder Zentralschweiz

schulung geht es laut Evelyn Vonarburg von First Responder Zentralschweiz nicht mehr um das Reanimieren, sondern um den Ablauf eines Einsatzes – von der Alarmierung bis zum Ausfüllen eines Formulars nach dem Einsatz. Unter anderem wird trainiert, sich am Einsatzort in kurzer Zeit einen Überblick zu verschaffen und entsprechend zu reagieren. Daneben wird der Umgang mit psychisch belastenden Situationen behandelt und aufgezeigt, an wen man sich bei Bedarf wenden kann.

Nach der Einführung laden die Freiwilligen die für ihre Region gültige First-Responder-App auf ihr Smartphone und registrieren sich in der App. Beim zuständigen Regionen-Master beziehen sie ihr Einsatzmaterial. Mit der Aktivierung des Profils ist der neue First Responder einsatzbereit.

Das Einsatzmaterial kann sich je nach Region unterscheiden. Bei First Responder Zentralschweiz umfasst die Ausrüstung ein gelbes Gilet, womit sich der First Responder als solcher zu erkennen gibt, eine Pocket Mask für die Beatmung, Handschuhe, Desinfektionsmaterial und aufgrund der aktuellen Covid-19-Situation eine FFP2-Makse. Eine umfassendere Ausrüstung kann auch einen Defibrillator, Sauerstoff, Schienungsmaterial, Verbandsmaterial, ein Tourniquet (Abbindesystem zum Stauen und Unterbrechen des Blutflusses), Kühl- und Wärmebeutel, eine Rettungsdecke, ein Funkgerät (für den Kontakt zum Rettungsdienst), ein Blutdruckmessgerät und ein Stethoskop beinhalten.

Ihre Praxis für Notfälle rüsten

Wie kann sich Ihre Podologie-Praxis auf Notfälle vorbereiten? Evelyn Vonarburg von First Responder Zentralschweiz empfiehlt als wichtigste Massnahme den Besuch eines BLS-AED-Kurses für alle Mitarbeitenden. Dieser Kurs deckt in Bezug auf die Erste Hilfe den Hirnschlag und den Herz-Kreislauf-Stillstand ab. Einen Zusatznutzen sieht Vonarburg darin, einen Defibrillator (AED, automatisierter externer Defibrillator) in der Nähe oder im Geschäft selbst zu haben.

Für Tobias Meyre vom IVR gibt es keine Patentlösung, wenn es darum geht, sich für medizinische Notfälle zu wappnen. Er empfiehlt, sich vorab mit den folgenden Fragen zu befassen: Wo befindet sich meine Praxis bzw. wie lange dauert die Anfahrt des Rettungsdienstes? Was muss ich in der Zwischenzeit machen können? Welche Notfälle können vorkommen? Was ist mein Publikum? Gibt es darunter Klienten, die einer gewissen Risikogruppe angehören?

Diese Kriterien helfen unter anderem bei der Entscheidung, ob die Anschaffung eines Defibrillators sinnvoll ist. Für eine Praxis, die unter normalen Umständen innerhalb kurzer Zeit von den Rettungsdiensten erreicht werden kann, ist die Anschaffung sicher weniger dringend als für eine Praxis in abgelegener Lage. Abzuklären ist auch, ob in der unmittelbaren Umgebung ein AED zur Verfügung steht.

Die Platzierung des Defibrillators sollte gut abgewogen werden. Das Gerät hat einen grösseren Nutzen, wenn es der Öffentlichkeit zur Verfügung steht und rund um die Uhr zugänglich ist. Zudem rät Tobias Meyre Betrieben, die die Anschaffung eines Defibrillators planen, sich mit den lokalen Rettungsdiensten in Verbindung zu setzen, damit das Gerät kompatibel mit der Ausrüstung der Rettungsdienste ist. Die Preisspanne für einen AED liegt bei CHF 1600 bis CHF 3500. Hier wird empfohlen, nicht nur die Anschaffungskosten zu vergleichen, sondern auch die Wartungskosten über einen längeren Zeitraum zu berücksichtigen, denn es kann gut sein, dass das teuerste Gerät langfristig zum kostengünstigen Gerät wird.

Frau Vonarburg erinnert daran, dass ein Defibrillator die Herzdruckmassage und Beatmung nicht ersetzt. Damit sorgen Ersthelfende dafür, dass das Blut weiter zirkuliert und das Hirn mit Sauerstoff versorgt wird. Deshalb ist die Herz-Lungen-Wiederbelebung in Kombination mit dem frühen Einsatz des Defibrillators überlebenswichtig.