Tag der Wiederbelebung: Rette mich, wer kann!

- **Helios Klinik Köthen lädt ein zum „Tag der Wiederbelebung" am Montag, 17. November 2025, von 11.00 bis 15.00 Uhr im Foyer der Helios Klinik Köthen**
- **Interessierte können am Aktionstag die Herzdruckmassage lernen**
- **Teilnahme ist kostenlos, eine Anmeldung nicht notwendig**

Wie wichtig Erste Hilfe ist, wissen die meisten. Aber im Notfall helfen, das trauen sich nur wenige zu. Dabei können Erste Hilfe Maßnahmen ein Leben retten.

Die Helios Klinik Köthen veranstaltet nach dem Erfolg des letzten Jahres wieder einen **„Tag der Wiederbelebung"**. Ein Aktionstag mit Live-Demonstrationen und Erste Hilfe Schulungen für Interessierte, um diese zu schulen und zu befähigen, aktiv Erste Hilfe Maßnahmen anzuwenden. Das Ziel: jede Teilnehmerin und jeder Teilnehmer – egal welchen Alters – kennt am Ende die Lebensretter-Formel *prüfen, rufen, drücken* und kann sie sicher anwenden.

Mehr als 50.000 Menschen erleiden jährlich einen plötzlichen Herzstillstand außerhalb eines Krankenhauses. Aber nur 42 Prozent der Laien fühlen sich sicher genug zu helfen und die Zeit bis zum Eintreffen des Rettungswagens mit Herzdruckmassage zu überbrücken. Dabei würde eine gut ausgeführte Herzdruckmassage das Gehirn weiterhin mit Sauerstoff versorgen und die Überlebenswahrscheinlichkeit der Patient:innen um das Zwei- bis Dreifache erhöhen.

Unter dem Motto „Rette mich, wer kann!" laden Dr. med. Peter Trommler, Chefarzt der Klinik für Anästhesie und Intensivmedizin, und sein Team zu einem Reanimationskurs für Laien bestehend aus einem Vortrag und praktischen Übungen ein. Die Expert:innen geben wichtige Tipps, mit denen jede:r im Falle eines Notfalls helfen kann und erläutern die Grundlagen der Reanimation. Ein Lehrgang dauert ca. 30 Minuten und wird nicht als Erste-Hilfe-Kurs für die Fahrerlaubnisprüfung anerkannt.

Wie schnell muss mit der Wiederbelebung begonnen werden? – Sehr schnell!
Das menschliche Gehirn ist auf Sauerstoff angewiesen. Nach drei bis fünf Minuten ohne Sauerstoff sterben die Gehirnzellen unwiederbringlich ab. Es drohen Behinderung und Tod. Deshalb ist es entscheidend, bei einem Kollaps dem Patienten oder der Patientin direkt zu

helfen und bei Bedarf mit der Herzdruckmassage zu beginnen. Der Laie muss vorher nicht den Puls tasten und muss auch keine Mund-zu-Mund-Beatmung ausführen. Benötigt der Patient oder die Patientin keine Herzdruckmassage, wird er sich regen.

Und wie funktioniert Wiederbelebung?

Wiederbelebung ist ganz einfach auszuführen. Drei Schritte sind zu beachten:

Prüfen: Den Patienten oder die Patientin ansprechen und behutsam rütteln.

Rufen: Andere Helfer:innen auf die Situation aufmerksam machen und die Notrufnummer 112 wählen.

Drücken: Den Handballen auf die Mitte des Brustbeins setzen. Den Handballen der anderen Hand darauflegen. Dann 100-mal pro Minute den Brustkorb etwa fünf Zentimeter herunterdrücken. Geschulte Helfer können die Mund-zu-Mund-Beatmungen im Verhältnis von 30 Herzdruckmassagen zu 2 Beatmungen durchführen.

Interessierte Gruppen können sich direkt bei Herrn Dr. Trommler unter peter.trommler@helios-gesundheit.de anmelden.

Die Helios Klinik Köthen ist ein Akademisches Lehrkrankenhaus der Martin-Luther-Universität Halle-Wittenberg. Die Klinik hat ein zertifiziertes Traumazentrum und ein zertifiziertes Endo-Prothetik-Zentrum sowie ein zertifiziertes Hernienzentrum. In der modernen Geburtsabteilung kommen jedes Jahr rund 500 Kinder zur Welt. Über 450 Mitarbeiter versorgen jährlich 11.000 stationäre und ca. 13.000 ambulante Patienten.

Helios gehört zum Gesundheitskonzern Fresenius und ist Europas führender privater Gesundheitsdienstleister mit rund 128.000 Mitarbeitenden. Zu Fresenius Helios gehören die Helios Gruppe in Deutschland sowie Quirónsalud in Spanien und Lateinamerika. Rund 26 Millionen Menschen entscheiden sich jährlich für eine medizinische Behandlung bei Helios. 2024 erzielte das Unternehmen einen Gesamtumsatz von mehr als 12,7 Milliarden Euro.

In Deutschland verfügt Helios über mehr als 80 Kliniken, rund 220 Medizinische Versorgungszentren (MVZ) mit etwa 570 kassenärztlichen Sitzen, sechs Präventionszentren und 27 arbeitsmedizinische Zentren. Helios behandelt im Jahr rund 5,5 Millionen Menschen in Deutschland, davon mehr als 4 Millionen ambulant. Seit seiner Gründung setzt Helios auf messbare, hohe medizinische Qualität und Datentransparenz und ist bei über 90 Prozent der Qualitätsziele besser als der bundesweite Durchschnitt. In Deutschland beschäftigt Helios rund 78.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete im Jahr 2024 einen Umsatz von rund 7,7 Milliarden Euro. Sitz der Unternehmenszentrale ist Berlin.

Quirónsalud betreibt 57 Kliniken, davon sieben in Lateinamerika, rund 130 ambulante Gesundheitszentren sowie über 300 Einrichtungen für betriebliches Gesundheitsmanagement. Jährlich werden hier rund 20 Millionen Patient:innen behandelt, davon mehr als 19 Millionen ambulant. Quirónsalud beschäftigt rund 50.000 Mitarbeitende und erwirtschaftete 2024 einen Umsatz von mehr als 5 Milliarden Euro.

Pressekontakt:

Rebecca Jahn
Clusterleitung Marketing, Kommunikation und Technologien
Helios Kliniken im Cluster Magdeburg

Mobil: (0151) 45 79 61 63
E-Mail: rebecca.jahn@helios-gesundheit.de