

**Büro des Rektors**  
Neue Stiftingtalstraße 6, A-8010 Graz

Peter Hartmann, MA BA  
Öffentlichkeitsarbeit und Veranstaltungsmanagement

peter.hartmann@medunigraz.at  
Tel +43 316 385 72053

**Presseinformation  
zur sofortigen Veröffentlichung**

**Plötzlicher Herzstillstand - die Med Uni Graz und die Initiative „Drück Mich“ zeigen interessierten Passant\*innen in der Grazer Innenstadt, was zu tun ist.**

Graz, am 11.10.2023: Der Tag der Wiederbelebung, international als „*World Restart A Heart Day*“ bekannt, wird jährlich am 16. Oktober begangen. Rund um diesen Tag wird weltweit auf die Bedeutung und das Handeln bei einem unerwarteten Herzstillstand aufmerksam gemacht. Laut Statistik erleidet jeder zehnte Mensch in Österreich im Verlauf seines Lebens einen unerwarteten Herzstillstand. Leider überleben lediglich 11 % dieses Ereignis - allerdings würde sich diese Zahl durch das Einleiten von sofortigen Wiederbelebungsmaßnahmen deutlich erhöhen. In Österreich erleidet alle 80 Minuten eine Person einen unerwarteten Herzstillstand.

**Über den World Restart A Heart Day**

Der World Restart a Heart Day wurde 2012 vom European Resuscitation Council (ERC) als Teil der europäischen Kampagne Restart a Heart ins Leben gerufen. Die Kampagne zielt darauf ab, das öffentliche Bewusstsein für die Bedeutung einer frühzeitigen Wiederbelebung und Defibrillation durch Zeugen des Notfalls zu schärfen, damit mehr Menschen einen unerwarteten Herzstillstand überleben. Seit seiner Einführung hat sich der Aktionstag international ausgeweitet. Länder auf der ganzen Welt, darunter auch Österreich, haben erkannt, wie wichtig es ist, Menschen mit lebensrettenden Fähigkeiten auszustatten. Einer der Vorreiter ist Graz, wo vor 10 Jahren von Studierenden gemeinsam mit der Arbeitsgemeinschaft für Notfallmedizin (AGN) die Initiative Drück Mich ins Leben gerufen wurde.

**Aktionstag in der Grazer Innenstadt: trainieren Sie die lebensrettenden Handgriffe**

In bewährter Weise werden am Samstag, dem 14. Oktober im Rahmen des *Tags der Wiederbelebung* wieder über 100 Studierende der Med Uni Graz in Zusammenarbeit mit der Initiative „Drück Mich!“ Passant\*innen diese lebensrettenden Maßnahmen mit niederschwelligem Zugang innerhalb weniger Minuten vermitteln. Auf diese Weise können interessierte Personen selbstständig Wiederbelebung lernen oder diese Fertigkeit auch in ihren Familien und im engen sozialen Umfeld verbreiten. „Der unerwartete Herzstillstand passiert sehr häufig im Beisein von engen Angehörigen. Hier schnell mit den einfachen Wiederbelebungsmaßnahmen zu beginnen, kann entscheidend sein.“, sagt Simon Orlob von der klinischen Abteilung für Anästhesiologie und Intensivmedizin der Med Uni Graz.

**Überlebende berichten: warum Wiederbelebungstraining für uns alle relevant ist**

Besonders eindrücklich hat dies der Fall eines Überlebenden gezeigt, der seine Geschichte offen erzählt: In einem Videointerview beschreibt der Familienvater aus der Weststeiermark seine Erfahrungen eines unerwarteten Herzstillstandes, den er plötzlich zuhause erlitt. Nach diesem Erlebnis ist für ihn klar: es kann jederzeit passieren und jeden\*jede treffen!

Dank den unmittelbaren Wiederbelebungsmaßnahmen seiner Familienangehörigen kann er heute seine Botschaft weitergeben und an die Bevölkerung appellieren: „Bitte nicht wegschauen, helft einfach“. (Das Video finden Sie unter <https://youtu.be/oFuNa29b-tk>)

### **Wenn es nun doch passiert: was ist zu tun?**

Ein Herzstillstand liegt vor, wenn eine Person nicht reagiert und keine normale Atmung hat. Feststellen kann man dies, indem man versucht, die Person durch Schütteln aufzuwecken und das Ohr über Mund und Nase der Person hält. Auf diese Weise kann man hören und fühlen, ob die Person atmet; zusätzlich kann man sehen, ob sich der Brustkorb mit der Atmung hebt und senkt.

Reagiert die Person nicht und hat keine normale Atmung, dann gilt es die folgenden Schritte durchzuführen:

- ▶ **RUFEN:** Rufen Sie den Notruf 144
- ▶ **DRÜCKEN:** Drücken Sie kräftig und schnell in die Mitte des Brustkorbs: etwa 100 mal pro Minute.
- ▶ **SCHOCKEN:** Falls ein Defibrillator vorhanden ist, schalten Sie diesen ein und befolgen Sie die Anweisungen.

Jeder\*jede von uns kann einen großen Beitrag leisten, indem man die Fertigkeit Wiederbelebung in der eigenen Familie und im unmittelbaren sozialen Umfeld anspricht. Denn für den Fall der Fälle sollten wir alle gerüstet sein - die AGN, „Drück Mich!“ und die Med Uni Graz helfen dabei.

### **Weitere Informationen**

<https://www.drueckmich.at>

### **Weitere Informationen und Kontakt**

Dr. Simon Orlob

Klinische Abteilung für Anästhesiologie und Intensivmedizin

Medizinische Universität Graz

Tel.: +43 316 385 81117

[simon.orlob@medunigraz.at](mailto:simon.orlob@medunigraz.at)