

Einfache und schnelle Hilfe kann Leben retten

Herzspezialist Christoph Bickel hielt Vortrag beim Lions Club Diez

■ **Diez.** Zur diesjährigen Spendenübergabe des Lions Clubs Diez an Sportvereine, die den Behinderten- und Rehabilitationssport fördern, hat der Sportbeauftragte Jörg Holl den Kardiologen Christoph Bickel für einen Vortrag zum Thema „Plötzlicher Herztod beim Sport“ gewinnen können. Das berichtet der Lions Club in einer Pres-

semitteilung. Bickel ist Experte für Innere Medizin und Herzkrankheiten.

„Der plötzliche Herztod ist bei Profisportlern und -sportlern statistisch gesehen ein relativ seltenes Ereignis. Je nach Studie liegt die Häufigkeit des plötzlichen Herztods beim Sport zwischen 0,5 und drei Todesfällen pro 100 000 Sporttreibenden pro Jahr“, heißt es in der Mitteilung. „Do it simple – Do it quick“ (Mach es einfach – Mach es schnell) habe der rote Faden durch Christoph Bickels umfangreiches Referat gelautet: „Dieser Grundsatz bezieht sich auf die Reanimationsmaßnahmen eines Laienhelfers bei einem plötzlichen Herzstillstand. Während früher komplizierte Herzrhythmus- und Beatmungstechniken kombiniert wurden, hat man mittlerweile erkannt, dass eine zeitnahe und konsequente Herzdruckmassage den größten Erfolg bringt. Denn mit jeder Minute, die ohne Herzdruckmassage vergeht, steigt die Sterblichkeitsrate um 10 Prozent. Daher hat die Deutsche Herzstiftung das Projekt ‚Lebensretter sein‘ gestartet. Jährlich sterben bis zu 200 000

Menschen durch einen plötzlichen Herztod. Die Laien-Reanimationsrate liegt allerdings bei nur 40 Prozent. Ein Rettungswagen ist nach etwa acht bis zehn Minuten am Unfallort. Wenn in dieser Zeit keine Reanimation erfolgt, sinkt die Überlebensrate dramatisch. Diesem Trend gilt es entgegenzuwirken. Da viele Menschen Bedenken haben, sie könnten etwas falsch machen, galt es ein System zu entwickeln, das unkompliziert anzuwenden ist und ausreicht, bis der Notarzt vor Ort ist. Daher wurde das System Prüfen – Rufen – Drücken – Schocken entwickelt.“

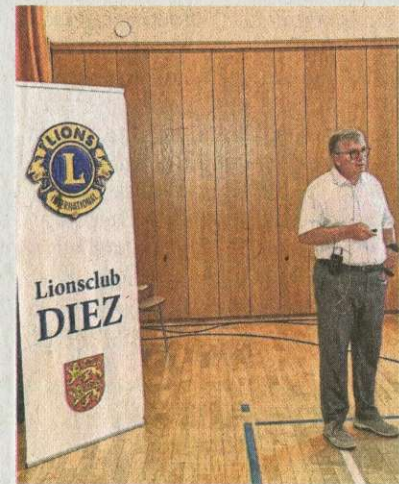
Dieses System enthält die folgenden Elemente: Prüfen – Reaktion und Atmung vorhanden?, Rufen – Notruf absetzen, Drücken – kontinuierliche Herzdruckmassage, Schocken mit dem AED, dem automatisierten externen Defibrillator. AED sind heute schon an vielen Orten zu finden, ihre Anschaffung wird von der Deutschen Herzstiftung unter anderem für Sportplätze unterstützt.

Der Vortrag wurde von Spendenübergaben an Sportvereine, die den Behinderten- und Rehabilita-



Spendenübergaben an Sportvereine, die den Behinderten- und Rehabilitationssport fördern, rahmten den Vortrag rund um die Herzgesundheit ein.

Fotos: Matthias Lammert/Lions Club Diez



Der Mediziner Christoph Bickel hielt einen Vortrag zum Thema „Der plötzliche Herztod beim Sport“.

tionsport fördern, umrahmt. Die Spenden resultieren aus einer gemeinsamen Veranstaltung des Lions Club Diez mit dem TuS Gückingen auf dem dortigen Sportgelände im Juli dieses Jahres. Die Leitung und sportliche Organisation des zwölften Lions-Fußballturniers lag in den Händen von Marc Happel vom TuS Gückingen. „Dank der Zusammenarbeit mit Firmen aus dem heimischen Raum, die eine Patenschaft für die jeweiligen Jugendmannschaften übernahmen, war es möglich, Spenden

in Höhe von insgesamt 4600 Euro zu vereinnahmen, die Jörg Holl als Sportbeauftragter für Sport im Lions

Club Diez den Vereinen übergab“, heißt es im Presstext abschließend. red

4600 Euro an Behinderten- und Rehasport gespendet

Die folgenden Spendensummen gingen in diesem Jahr an die verschiedenen Vereine: 1000 Euro an die Lungensportgruppe des TuS Gückingen, 800 Euro an die Be-

hinderten-Sport-Gemeinschaft Diez-Limburg, 800 Euro an die Sitzgymnastikgruppe des TuS Lindenhofhausen, 800 Euro an die Lebenshilfe Diez-Limburg, 800 Euro an

die Selbsthilfegruppe Knochengesundheit für Osteoporose-Patienten Limburg und 400 Euro an die Turngruppe Sport fürs Herz VfL Altdiez als Sachspende. red