GRIMMELSHAUSEN STADT RENCHEN


| | |
|---|---|
| **Fachbereich 1** | **Zentrale Steuerung und Bürgerservice** |
| **Aktenzeichen** | 047.41 |
| **Sachbearbeiter** | Verena Vogt |
| **Adresse** | Hauptstr. 57 |
| **Zimmer-Nr.** | 3.4 |
| **Telefon** | 07843/707-49 |
| **Telefax** | 07843/707-949 |
| **E-Mail** | v.vogt@renchen.de |
| **Datum** | 16.10.2026 |


# Reanimation für jedermann: Workshop vermittelt Erste-Hilfe-Maßnahmen bei Herzstillstand

Was tun, wenn ein Mensch plötzlich bewusstlos zusammenbricht und nicht mehr normal atmet? Mit dieser wichtigen Frage beschäftigte sich der Workshop „Reanimation für jedermann“, der am Montag, 12. Oktober 2026, in der Stadthalle Renchen stattfand. Unter der Leitung von Dr. med. Heike Reimling, Notärztin und Anästhesistin, erhielten die rund 160 Teilnehmenden grundlegende Informationen darüber, wie sie bei einem plötzlichen Herz-Kreislauf-Stillstand helfen können.

Der kostenlose Workshop, der bereits zum dritten Mal in Renchen stattfand, richtete sich an Erwachsene sowie Jugendliche ab circa zwölf Jahren, Vorkenntnisse waren nicht erforderlich. Ziel war es, Berührungsängste abzubauen und Sicherheit für den Ernstfall zu vermitteln. Denn bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand zählt jede Minute: In Deutschland erleiden jedes Jahr rund 136.000 Menschen außerhalb eines Krankenhauses einen solchen Notfall – das entspricht etwa 370 Fällen pro Tag. Rund 70 Prozent der Herz-Kreislauf-Stillstände ereignen sich im häuslichen Umfeld. Obwohl eine sofortige Wiederbelebung die Überlebenschancen deutlich erhöhen kann, beginnen Umstehende bislang nur in etwa 55 Prozent der Fälle mit entsprechenden Maßnahmen. Unwissenheit und die Sorge, etwas falsch zu machen, halten viele davon ab, einzugreifen. Dabei kann schnelles Handeln Leben retten: Würden mehr Menschen sofort mit der Wiederbelebung beginnen, könnten jährlich mindestens 10.000 zusätzliche Menschenleben gerettet werden.

Im Mittelpunkt stand das Prinzip „Prüfen – Rufen – Drücken“. Zunächst gilt es, das Bewusstsein der betroffenen Person zu überprüfen. Anschließend muss über die Notrufnummer 112 professionelle Hilfe alarmiert und dann die Atmung geprüft werden, gegebenenfalls unter Anleitung der Leitstelle. Bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand ist es entscheidend, unverzüglich mit der Herzdruckmassage zu beginnen, auch wenn noch keine professionelle Hilfe vor Ort ist. Auch der Einsatz eines automatisierten externen Defibrillators (AED) wurde thematisiert.

Neben den theoretischen Grundlagen bot der Workshop Gelegenheit, die Herzdruckmassage an Trainingspuppen selbst auszuprobieren und die wichtigsten Handgriffe praktisch zu üben. Denn wer die einzelnen Schritte kennt und regelmäßig trainiert, kann im Notfall schneller und

sicherer reagieren. Die praktische Übung hilft dabei, Unsicherheiten abzubauen und die Hemmschwelle zu überwinden, tatsächlich Erste Hilfe zu leisten.

Bürgermeisterin Stephanie Bartsch dankte Dr. med. Heike Reimling für ihr Engagement: „Im Notfall kann jeder von uns in die Situation kommen, helfen zu müssen. Umso wichtiger ist es, zu wissen, was zu tun ist, und sich die notwendigen Schritte zuzutrauen. Deshalb ist es auch wichtig, die Maßnahmen regelmäßig zu üben. Denn im Ernstfall kann dieses Wissen Leben retten."

Der vierte Workshop „Reanimation für jedermann" findet am 25.10.27 in der Stadthalle Renchen statt.