

# PLÖTZLICHER HERZSTILLSTAND



## Jederzeit und überall möglich!

Ein plötzlicher Herzstillstand kommt ohne Vorwarnung. Schlagartig und unvermittelt steht das Herz still. Jeder – auch scheinbar gesunde – Mensch kann Opfer sein – jederzeit und überall.



## Anzeichen

Ein Spieler bricht auf dem Spielfeld ohne Fremdeinwirkung zusammen.



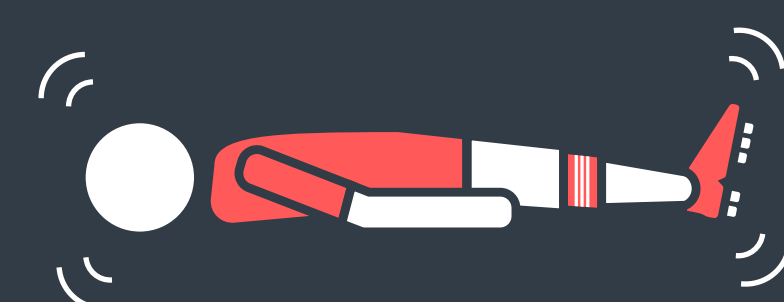
## Bewusstlos

Er ist bewusstlos und nicht ansprechbar.



## Atmung

Die Atmung ist kein Indiz. Ein Herzstillstand kann vorliegen, egal ob der Spieler normal, unregelmässig oder gar nicht atmet.



## Krämpfe

Auch Krämpfe sind möglich.

## ERSTE HILFE



### 1 Erkennen

Herzstillstand und Anzeichen sofort richtig deuten.



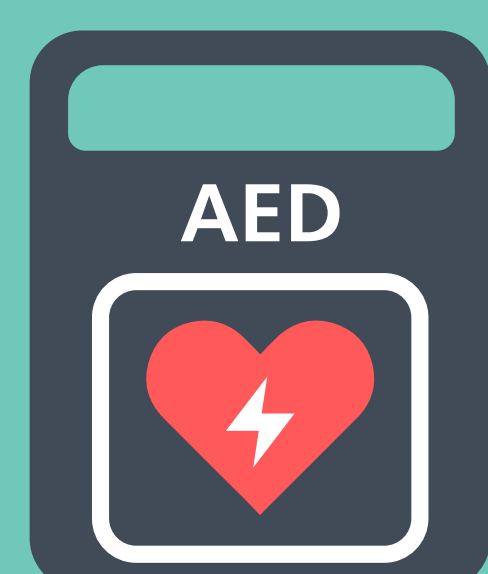
### 2 Reagieren

Sofort zum Spieler eilen, ohne die Erlaubnis des Schiedsrichters abzuwarten.



### 3 Prüfen

Ist der Spieler bewusstlos und nicht ansprechbar?



### 6 Orten

Nächsten Automatischen Externen Defibrillator (AED) ausfindig machen und gemäss Anleitung vorgehen. Falls kein AED vorhanden ist, CPR bis zum Eintreffen der Ambulanz fortsetzen.



### 5 Wiederbeleben

Sofortige manuelle Herz-Lungen-Wiederbelebung (CPR) – feste und schnelle Brustkompressionen.



### 4 Hilfe anfordern

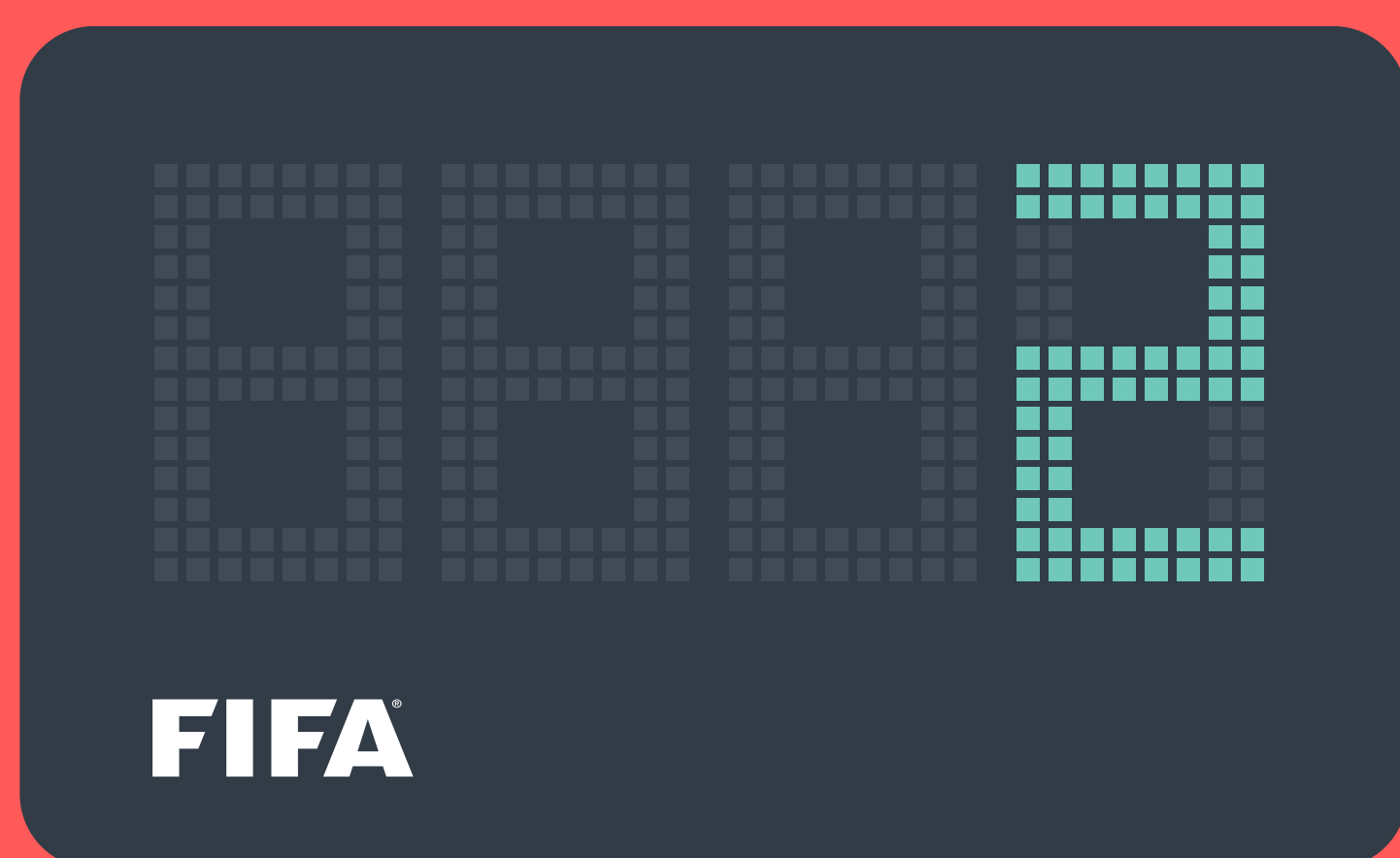
Jemanden anweisen, die Sanität im Stadion ODER eine Ambulanz zu rufen.

## Statistiken/Fakten

- Wenn ein Spieler bei einem plötzlichen Herzstillstand binnen **zwei Minuten** mit einem AED und Defibrillation behandelt wird, steigen seine Überlebenschancen auf **100 %**.\*
- Sie müssen deshalb wissen, wie Sie Anzeichen **erkennen**, **reagieren** und den Spieler **wiederbeleben** müssen.

## Prävention

- Alle Vereine und Stadien sollten bei allen Spielen und Trainings in der Nähe des Spielfelds jederzeit einen AED griffbereit haben. Erkundigen Sie sich, wo dieser zu finden ist!
- Alle Spieler sollten jährlich Vorsorgeuntersuchungen unterzogen werden.
- Erstellen Sie für jedes Spiel einen medizinischen Notfallplan, und üben Sie den Ernstfall.
- Absolvieren Sie falls möglich eine CPR-Schulung, damit Sie einen Spieler im Notfall wiederbeleben können.
- Bei Anzeichen einer Infektion oder Viruserkrankung sollten Spieler weder trainieren noch spielen.



\*Europäischer Rat für Wiederbelebung (ERC)

Für weitere Informationen konsultieren Sie [FIFA.com/Plötzlicher Herzstillstand](https://www.fifa.com/Plötzlicher_Herzstillstand), oder wenden Sie sich an Ihren Mitgliedsverband oder Ihr Gesundheitszentrum.

Alle Empfehlungen in diesem Poster gelten allein für FIFA-Turniere und sind nicht als medizinischer Behandlungsstandard zu verstehen. Diese Empfehlungen ersetzen keine klinische Beurteilung seitens des behandelnden medizinischen Teams und sind anhand der individuellen Bedürfnisse des Patienten und der jeweiligen Fakten und Umstände auszulegen.

**FIFA**