

26.4.2015

# Senioren lernen den Umgang mit dem „Defi“

Info-Veranstaltung des Seniorenbeirats in Hauzenberg – Zukunftswerkstatt am 29. April

**Hauzenberg.** Der Seniorenbeirat hatte zu einer Informationsveranstaltung „Gesundheitliche Risiken im Alltag“ eingeladen. Referenten waren im Pfarrsaal Dr. med. Volker Brams und Rettungsassistent Walter Lang.

Dr. Volker Brams hatte 34 Jahre als Hausarzt gewirkt, Walter Lang ist erfahrener Rettungsassistent des BRK. Eingangs ging der Vorsitzende des Seniorenbeirats, Erhard Balzer, auf die Fragebogenaktion ein. Das Ergebnis steht fest und die wichtigsten Punkte sind auf der Seniorensseite der UI abgedruckt. Auch wies er auf die Zukunftswerkstatt am 29. April hin.

Dr. Brams ging auf Grundsätzli-



**Retungsassistent Walter Lang** demonstrierte die Handhabung des „Defi“ mit anschließender Herz-Lungen-Wiederbelebung.

– Fotos: Weska

ches des menschlichen Kreislaufsystems ein. Die Arterien seien das wichtigste Organ für den Kreislauf. Zu hoher Blutdruck sei der größte Feind des menschlichen Lebens. Ursache dafür seien tierische Fette, Nikotin und Vererbung. Darum müsse man auf den richtigen Blutdruck achten, von Zeit zu Zeit zum Arzt gehen und Blutdruck-Langzeitmessungen durchführen lassen. Hoher Blutdruck könne auch ein Grund für Schlafstörungen sein. Hier helfe kein Schlafmittel, sondern ein Hausarzt, der den Blutdruck optimal einstelle.

Hände, Füße und das Gehirn haben eine Doppelversorgung mit jeweils zwei Schlagadern. Im Lauf des Lebens kommt es zu Gefäßbrü-

chigkeit in den Arterien mit Ablagerungen von festen Blutbestandteilen. Die so entstandene Verengung könne irgendwann verschlossen werden. Die Folge ist ein Absterben einer bestimmten Partie des Herzmuskels oder im Gehirn. Es folgten Herzstillstand oder Schlaganfall. Hier sei sofortiges Handeln mit Herz-Lungen-Wiederbelebung erforderlich.



**Dr. Volker Brams** klärte die Senioren über Risiken im Alltag auf.

Selbst wenn der über 112 angeforderte Notarzt mit Rettungssanitäter in etwa zehn Minuten am Notfallort eintreffe, sei dies für das Gehirn bereits fünf Minuten zu spät.

Um eine irreparablen Schaden zu vermeiden, demonstrierte Walter Lang mit einem Defibrillator, wie diese Wiederbelebung von Laien durchgeführt werden kann. Sinn des „Defi“ ist es, eine schnelle, unregelmäßige Herzaktion, das Herzkammerflimmern, in einen Herzstillstand umzuwandeln. Danach kann mittels Herzdruckmassage mit 30 kurzen Stößen gegen das mittlere Brustbein, danach zwei Mund-zu-Nase-Luftspenden, das Herz wieder in Gang gesetzt werden.

– red