



## Bereit für den Notfall

Zusammenarbeit Schweizerische Herzstiftung und Schweizerischer Samariterbund an der Expo.02

**Jede Stunde kommt es in der Schweiz zu einem Herz-Kreislauf-Stillstand. Im Herznotfall zählt jede Minute. Je früher Erste-Hilfe-Massnahmen einsetzen, desto grösser sind die Überlebenschancen für das Opfer. Unter dem Patronat der Schweizerischen Herzstiftung werden an der Expo.02 Samariterinnen und Samariter des Sanitätsdienstes in der automatischen externen Defibrillation – einer wirksamen Wiederbelebungsmassnahme bei einem lebensbedrohlichen Herzstillstand – ausgebildet.**

Die Expo.02 soll ein Ort der Begegnung und der Freude werden. Erwartet werden Hunderttausende von Besucherinnen und Besuchern, die auf den Arteplages die Ausstellungen, die zahlreichen Darbietungen, Happenings und kulinarischen Köstlichkeiten geniessen werden. Bei solch grossen Menschenansammlungen sind medizinische Notfälle keine Seltenheit. Der ärztlichen Erstversorgung durch den Sanitätsdienst der Expo.02 – sichergestellt durch den Schweizerischen Samariterbund – kommt deshalb eine wichtige Aufgabe zu.

Einer der gefürchtetsten Notfälle ist der Herz-Kreislauf-Stillstand. Er kommt manchmal unerwartet, häufig jedoch geht ihm ein Herzinfarkt voraus. Der Herzstillstand wird meist durch eine Störung im elektrischen System des Herzens ausgelöst. Das Herz fängt an zu flimmern (Kammerflimmern) und der Herzmuskel kann nicht mehr pumpen. So wichtig Herzmassage und Beatmung im Notfall sind, in dieser Situation genügen sie zur Wiederbelebung des Patienten nicht. Um die Herzaktivität wieder zu normalisieren, bedarf es eines dosierten, elektrischen Stromstosses.

Diesen Vorgang bezeichnet man in der Fachsprache als Defibrillation. Neben den im Körper implantierbaren Defibrillatoren gibt es Defibrillatorgeräte für den äusserlichen Gebrauch. Diese automatischen externen Defibrillatoren sind kleiner als Aktenkoffer, wiegen rund zwei Kilogramm und sind so einfach zu bedienen, dass sie problemlos von Ersthelfern oder allenfalls Laien nach einer Einführung angewendet werden können.

Es gibt immer noch sehr viele Samariter, die in der Anwendung der automatischen externen Defibrillation nicht geschult sind. Unter dem Patronat der Schweizerischen Herzstiftung können sich die während der Expo.02 im Sanitätsdienst eingesetzten Samariterinnen und Samariter im Handling dieser Geräte ausbilden lassen. Jeder Samariter erhält nach der Ausbildung ein Abzeichen als sichtbaren Beweis seiner Kenntnisse in der Defibrillation. Unterstützt wird die Aktion von der Firma Carbamed AG, Liebefeld, die kostenlos Ausbildungspuppen und Defibrillationsgeräte für die Schulung und die Anwendung während der Expo.02 zur Verfügung stellt.

Schweizerische Herzstiftung,  
Schwarztorstrasse 18, 3000 Bern 14,  
Website: [www.swissheart.ch](http://www.swissheart.ch)

## An diesen Symptomen erkennen Sie einen Notfall

### Herzinfarkt

- Beengender, klemmender, drückender oder brennender Schmerz im Brustbeinbereich oder in der Herzgegend.
- Schmerz, der in die Schultern und Arme, den Hals, den Unterkiefer oder in den Oberbauch ausstrahlt.
- Übelkeit, Schwindel, Schwächegefühl, Schweissausbruch, Atemnot, unregelmässiger Puls.
- Angstzustand, blasse Gesichtsfarbe.
- Mindestens 15 Minuten andauernde Schmerzen.
- Wird der Patient bewusstlos und setzen Atmung und Puls aus, liegt ein Herzstillstand vor.

## Wie Sie sich im Notfall an der Expo.02 richtig verhalten

Jede Arteplage verfügt über mindestens eine Sanitätsstelle für gesundheitliche Probleme. Dort leisten sieben bis acht Personen erste Hilfe. An Wochenenden werden sie durch Zivilschützer verstärkt. Patrouillen sind laufend per Trottinett und Velo mit Notfallkistchen unterwegs. Entlang den Fusswegen sind auf den Ausstellungsgeländen *alle 100 Meter Notrufschalter* installiert. Sie sind *blau eingerahmt und mit SOS angeschrieben*. Bei Knopfdruck wird automatisch die Sicherheitszentrale benachrichtigt.

Bei ernsthaften Problemen innerhalb und ausserhalb des Expo.02-Geländes kann selbstverständlich jederzeit die *Notrufnummer 144* alarmiert werden.

### Herz-Kreislauf-Stillstand

- Bewusstlosigkeit, keine Reaktion auf lautes Ansprechen und Schütteln.
- Keine Atmung und kein Puls fühlbar.
- Weite Pupillen und blassgraue Verfärbung des Gesichts.

### Hirnschlag

- Plötzliche Schwäche, Lähmung oder Taubheitsgefühl, meist nur auf einer Körperseite (Gesicht, Arm oder Bein).
- Plötzliche Blindheit (oft nur auf einem Auge) oder Doppelbilder.
- Plötzlicher Verlust der Sprechfähigkeit oder Schwierigkeiten, Gesprochenes zu verstehen.
- Heftiger, länger als 15 Minuten anhaltender Schwindel verbunden mit Gehunfähigkeit.
- Plötzlich auftretender, ungewöhnlicher, starker Kopfschmerz.



## Prêts pour l'urgence

Collaboration entre la Fondation Suisse de Cardiologie et l'Alliance suisse des samaritains à l'Expo.02

**Il y a, en Suisse, un arrêt cardiaque par heure. Et là, chaque minute compte. Plus tôt on intervient, plus la victime a de chances de survivre. Sous le patronage de la Fondation Suisse de Cardiologie, les samaritains du service sanitaire d'Expo.02 bénéficient d'une formation à la défibrillation externe automatique – une mesure de réanimation qui s'avère efficace en cas d'arrêt cardiaque.**

L'Expo.02 doit être un espace agréablement convivial. Sur les arteplages, des centaines de milliers de visiteurs se régaleront des expositions, des spectacles et de la gastronomie. Mais, comme on le sait, les grands rassemblements impliquent aussi bon nombre d'urgences médicales. C'est donc une responsabilité considérable qui incombe à l'Alliance suisse des samaritains, chargée des premiers soins médicaux lors de notre manifestation nationale.

L'arrêt cardiaque est l'une des urgences les plus redoutées. Bien souvent, elle se manifeste inopinément, quoiqu'elle soit fréquemment précédée d'un infarctus du myocarde. L'arrêt cardiaque est le plus souvent provoqué par une dysfonction électrique du cœur: quand il se met à fibriller (fibrillation ventriculaire), le muscle cardiaque ne peut plus assurer sa fonction de pompe. Quelque soit l'importance du massage cardiaque et de la respiration artificielle lors d'une urgence, ils ne suffisent pas à garantir la survie de la victime dans cette situation précise. En effet, si l'on veut normali-

ser le fonctionnement du cœur, il faut procéder à un choc électrique bien dosé. C'est ce qu'on appelle la défibrillation. Il existe des défibrillateurs implantables mais aussi des défibrillateurs prévus pour une intervention externe.

Ces défibrillateurs automatiques se présentent sous la forme de mallettes pesant deux kilos, si simples à l'emploi que des secouristes ou mêmes des profanes peuvent s'en servir sans problème après une brève initiation.

Beaucoup de samaritains ne sont pas encore formés à l'utilisation du défibrillateur automatique externe. Ils pourront s'y exercer lors de l'Expo.02 grâce au patronage de la Fondation Suisse de Cardiologie. Une fois ces cours terminés, le samaritain pourra arborer un insigne attestant sa compétence en matière de défibrillation. Cette action sera soutenue par la firme Carbamed AG de Liebefeld, qui mettra gratuitement des formateurs et des appareils à disposition, que ce soit pour les cours ou les interventions réelles lors d'Expo.02.

Fondation Suisse de Cardiologie,  
Schwarztorstrasse 18, 3000 Berne 14,  
www.swissheart.ch

## A quels symptômes reconnaître une urgence

### Infarctus du myocarde

- douleur oppressante, constrictive, ou sensation de brûlure dans la région thoracique du cœur;
- douleur irradiant dans les épaules, les bras, le cou, le maxillaire inférieur ou dans la région supérieure de l'abdomen;
- nausées, vertiges, sensation de faiblesse, sudation, manque d'air, pouls irrégulier;
- angoisse, pâleur;
- douleurs pendant au moins 15 minutes;
- si le patient a perdu connaissance et que ni sa respiration ni son pouls ne sont sensibles, il s'agit d'un arrêt cardiaque.

## Le bon comportement en cas d'urgence lors d'Expo.02

Chaque arteplage possède au moins une infirmerie occupée par sept ou huit permanents chargés des urgences. La protection civile viendra en renfort pendant les week-ends. Des patrouilleurs munis de trousse de premiers secours sillonneront constamment le terrain à trottinette ou à vélo. Des bornes d'appel d'urgence balisent les sentiers tous les 100 mètres. Encadrées de bleu, elles portent le sigle SOS. Il suffit de presser le bouton pour déclencher automatiquement l'alarme à la centrale de sécurité.

Pour tout problème critique se produisant à l'intérieur ou à l'extérieur de la surface d'Expo.02, on peut bien sûr composer en tout temps le numéro d'urgence 144.

### Arrêt cardiaque

- inconscience, aucune réaction à la parole et au toucher même vigoureux;
- respiration et pouls apparemment absents;
- pupilles dilatées, coloration grisâtre du visage;

### Attaque cérébrale

- apparition soudaine d'un affaiblissement, d'une paralysie ou d'une sensation d'engourdissement ne concernant généralement qu'un côté du corps (moitié du visage, un bras ou une jambe);
- cécité soudaine (souvent d'un seul œil) ou image double;
- perte subite de la capacité d'élocution, difficultés à saisir ce qui se dit;
- vertiges violents durant plus de 15 minutes, accompagnés d'une marche hésitante;
- maux de tête intenses, soudains et inhabituels.