

Die Zeitschrift Gesundheit Sprechstunde ist jeweils an jedem Kiosk zu 3.—CHF erhältlich oder kann abonniert werden. Weitere, immer aktuelle Beiträge sind im Heft bearbeitet: Migräne, Depression, Aspestlunge... [www.gesundheitsprechstunde.ch](http://www.gesundheitsprechstunde.ch)

Er verlor das Bewusstsein und stürzte vom Velo.  
Herzinfarkt. Doch Otto Peichl hatte Glück: Zufällig war der  
Rettungsanitäter Stefan Schneider zur Stelle. Mit einem  
Laien-Defibrillator aus dem Kofferraum seines Autos.

OTTO PEICHL, 63, HATTE KAMMERFLIMMERN

# «Stefan, dir verdanke ich mein Leben!»

VON ADRIAN SCHULTHESS

«EIN HÖLLISCHER SCHMERZ fuhr mir durch die Brust. Ich bekam keine Luft mehr. Dachte nur noch: Ich muss mich nach rechts vom Rad fallen lassen, denn links rauscht der Verkehr.» Otto Peichl spürte den Aufprall schon nicht mehr. Auch danach fehlt dem mittlerweile pensionierten Metzgermeister jede Erinnerung an seinen Herzinfarkt. Dass Peichl, 63, heute am Leben ist, hat er einer ganzen

Reihe von Zufällen zu verdanken – zuvorderst aber Stefan Schneider, 39, und dessen Defibrillator für medizinische Laien.

Diesen 18. Juli 2003 wird Otto Peichl nie mehr vergessen. Der passionierte Velofahrer – Ehrenmitglied im Velo- und Bike-Club Rapperswil AG – wollte den wunderschönen Freitagnachmittag für eine Tour nutzen. Nach seiner Frühschicht in der Grossmetzgerei sollte es über den Böhler gehen, einen kleinen Pass zwischen Schöffland und Unterkulm. Peichl wollte alleine fahren. Doch dann traf er seinen Arbeitskollegen Marcel Müller, 52, Metzger im gleichen Betrieb. Der erste wichtige Zufall an diesem Tag. Die beiden entschieden, gemeinsam zu fahren. Margrit, die Frau von Marcel Müller, schloss sich an. Zu dritt entschieden sie sich für eine weniger anspruchsvolle Rundfahrt. Von Rapperswil aus starteten sie mit ihren Rennvelos in Richtung Olten.

«Zwei-, dreimal hatte ich dann starke Schmerzen in den Unterarmen», sagt Otto Peichl. «Ich spürte so was zum ersten Mal, doch sie verschwanden schnell wieder. Ich machte mir keine Gedanken.» Die Schmerzen waren ein Signal: typische Symptome, die einen Herzinfarkt ankündigen.

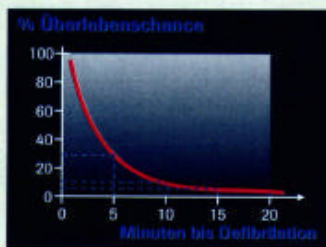
**DER ZWEITE ZUFALL:** Margrit Müller, 55, fuhr an der Spitze. In Olten verpasste sie eine Abzweigung. «Normalerweise fahren wir auf Land- und Nebenstrassen», sagt Marcel Müller. Jetzt fand sich die Gruppe im dichten Verkehr wieder. Ein Glück, wie sich später herausstellen sollte. Eingangs Aarburg AG passierte es.

## EIN STROMSTOSS RETTET DAS HERZ

### Jede Stunde ein plötzlicher Herztod

**Bis 10'000 Menschen sterben pro Jahr in der Schweiz am plötzlichen Herztod. Das müsste nicht sein.**

Jede Minute Herzkammerflimmern senkt die Überlebenschance um zehn Prozent. Ein Elektroschock ist die einzige Rettung: Mit einem Defibrillator können auch Laien helfen, Hirnschäden zu vermeiden und Leben zu retten. Die meisten Herznotfälle passieren zu Hause – auch dort ist ein Defibrillator sinnvoll. Zum Beispiel der von Stefan Schneider: Das gleiche Modell können Sie mit Gesundheit Sprechstunde günstig erwerben (siehe Seite 39).





DR. CYRILL MORGER, 32  
Assistenzarzt  
Kardiologie am  
Inselspital Bern

### Schweiz muss aufholen.

«In der Schweiz stirbt fast jeder zweite Herzinfarktpatient, bevor er das Spital erreicht. In Ländern, in denen Laien-Defibrillatoren verbreiteter sind, ist diese Zahl viel geringer. Wie zum Beispiel in den USA. Gerade an viel besuchten Orten könnte die Installation solcher Apparate Leben retten.»

### **Glück im Unglück.**

Otto Peichl (rechts) verdankt Stefan Schneider, dass er noch am Leben ist und wieder Velo fahren kann. Schneiders Laien-Defibrillator durchbrach Peichls tödliches Kammerflimmern nach einem Herzinfarkt.



**HEIDI PEICHL, 63**  
Ehefrau von Otto Peichl

### **Dankbar den besonnenen Rettern.**

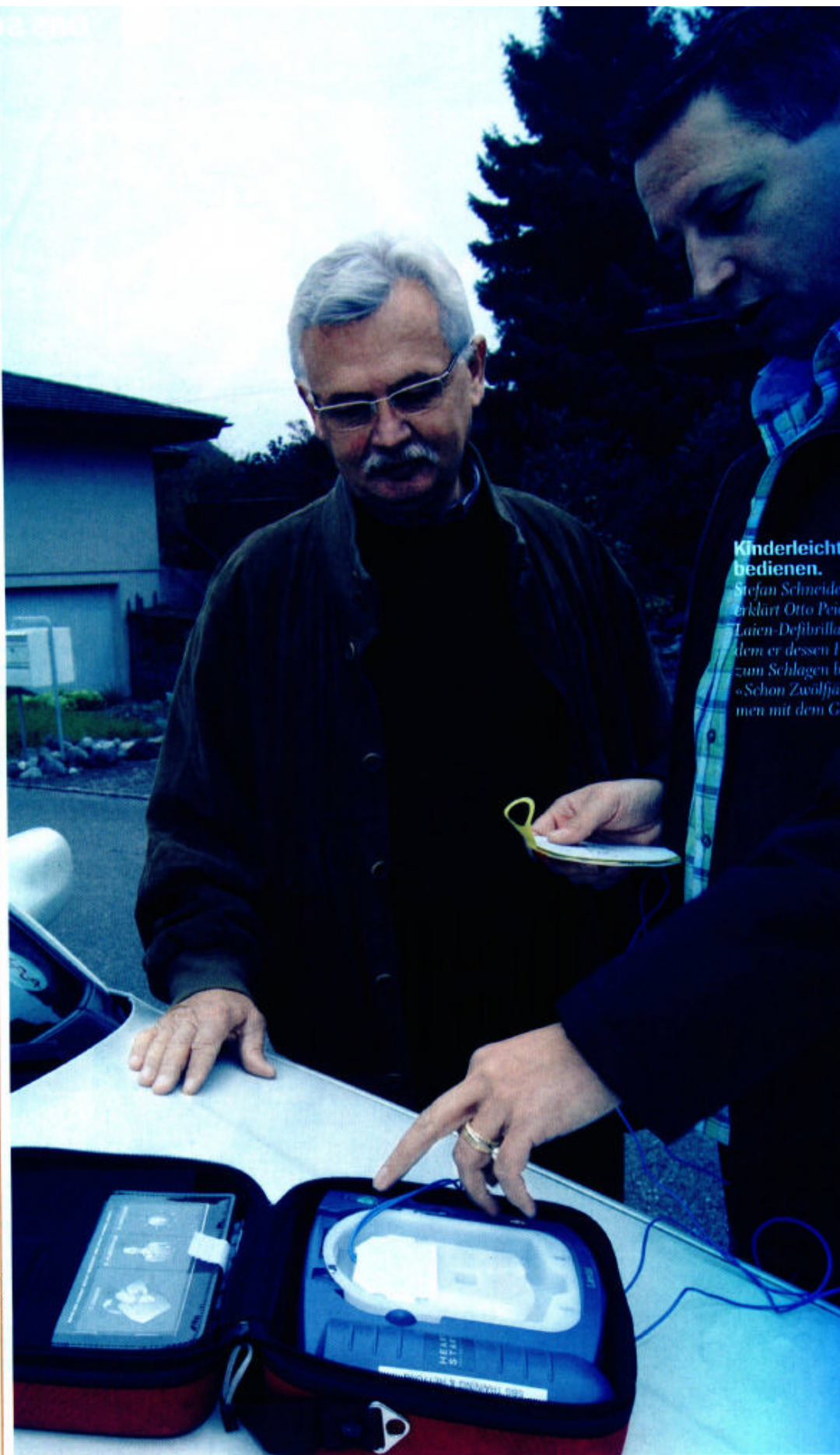
«Ich war bei der Velotour nicht dabei und habe so erst von Ottos Herzinfarkt erfahren, als er auf dem Weg ins Spital war. Ich bin sehr dankbar, dass die Retter so besonnen reagierten.»



**MARCEL MÜLLER, 52**  
Velofahrer- und Ex-Arbeitskollege von Otto Peichl

### **Gebraucht, was er gelernt hatte.**

«Nach etwa fünf Minuten Herz-Lungen-Wiederbelebung glaubte ich für einen Moment, wir hätten Otto verloren. Zum Glück machte ich weiter, wie ich es einst im Kurs gelernt hatte.»



### **Kinderleicht bedienen.**

Stefan Schneider erklärt Otto Peichl, wie man das Laien-Defibrillatorgerät bedient, dem er dessen Herz zum Schlagen brachte. «Schon Zwölfjährigen mit dem Ge...

25 Kilometer hatte die Gruppe bis dahin zurückgelegt. «Ich hörte ein Röcheln hinter mir, drehte mich um», sagt Marcel Müller. «Otti!», habe er noch gerufen. Da lag der schon auf dem Asphalt, die Beine im Velorahmen verheddert. Bewusstlos.

«**STEH DAS HERZ STILL**, zählt jede Sekunde. Greift kein Helfer ein, sinkt die Überlebenschance pro Minute um zehn Prozent», sagt Dr. Cyrill Morger, Assistenzarzt Kardiologie am Inselspital Bern. «**Wichtig ist deshalb, dass die Rettungskette sofort in Gang gesetzt wird.** Bereits nach drei bis sechs Minuten treten erste irreparable Hirnschäden auf. Mit Herzdruckmassage kann man das Gehirn weiter mit Sauerstoff versorgen.

Marcel Müller behält einen klaren Kopf. Otto Peichl läuft bereits blau an: Die Situation ist ernst, Müller weiss, was zu tun ist. «Ich hatte in der Grossmetzgerei eine Betriebssanitäter-Ausbildung gemacht.» Seine Frau Margrit sucht ein Telefon, wählt die Notrufnummer 144. Marcel Müller zieht einen Passanten heran. **Herz-Lungen-Wiederbelebung (CPR) zu zweit, so, wie er es gelernt hatte: Beatmung und Herzmassage.** «Ich bin zusammengezuckt, als es knirschte: Eine Rippe hats wohl erwischt.» Er setzt die lebenswichtige Soforthilfe fort. Der Rettungswagen lässt auf sich warten. Ein Missverständnis in der Alarmzentrale, wie sich später herausstellt.

**DER DRITTE WICHTIGE ZUFALL** bringt Otto Peichl zurück ins Leben. Der Obwaldner Stefan Schneider ist an diesem Nachmittag mit seinem Privatauto unterwegs – aus dem Solothurnischen zurück in die Innerschweiz: Der Computer eines Mitarbeiters seiner Rettungsschule streikte. Schneider benutzt an diesem Freitagnachmittag just jene Strasse, welche die drei Velofahrer kurz vor ihm unter die Räder genommen haben. Da sticht ihm auch schon die Gruppe ins Auge, die sich um Otto Peichl kümmert. Er reagiert sofort. Und richtig.

«**Den Defibrillator und meinen Notfallrucksack habe ich immer im Kofferraum**», sagt Stefan Schneider. «Im Lager nützt das Notfallmaterial nichts, deshalb Sorge ich dafür, dass ich es in meinen Fahrzeugen griffbereit habe.» Das Laiengerät ist genauso leistungsfähig wie die Modelle in den Rettungswagen. Die Batterie hält fünf Jahre, die Geräte testen sich täglich selbst – auch Schneiders Defibrillator ist sofort einsatzbereit. Man muss nicht Rettungssanitäter sein, um einem Menschen effizient erste Hilfe leisten zu können. Diese Geräte ermöglichen es auch medizinischen Laien, Leben zu retten. Kinderleicht.

«**BEI EINEM HERZINFARKT BRICHT EINE VERKALKTE STELLE** der Herzkranzarterien auf», sagt Dr. Cyrill Morger. «Die Blutgerinnung setzt schlagartig ein, das Gefäss wird vollständig verschlossen.» Das Herz kann in der Folge aufhören zu schlagen. Die Herzkammern stehen aber nicht still – sie beginnen zu flimmern. **Die elektrischen Impulse, die für den Rhythmus der Herzmuskeln verantwortlich sind, spielen verrückt. Dann ist ein Defibrillator die einzige Rettung: «Der elektrische Schock setzt den Herzrhythmus zurück», erklärt Morger.** «Das Herz wird gewissermassen neu gestartet.»

## SO RETTET MAN LEBEN

Sie sind Zeuge eines Herzstillstands: Der Patient atmet nicht, Sie spüren bei ihm keinen Puls. Verständigen Sie unverzüglich den Sanitätsnotruf. Die Rettungskette wird in Gang gesetzt.

Nun kommt das **ABCD**-Rettungsschema zum Zug.

**A**temwege freimachen: Fremdkörper aus Mund und Rachen entfernen, Kopf nach hinten kippen, Unterkiefer nach vorn ziehen.

Atmet der Patient?  
Nein / Ja

**B**eatmen: Verschiessen Sie den Mund des Patienten von Hand. Beatmen Sie ihn mit zwei normalen Atemstössen durch die Nase.

Atmet der Patient?  
Nein / Ja

**C**irkulation: Patient liegt auf fester Unterlage. Legen Sie Ihre rechte Hand auf das untere Drittel seines Brustbeins, die linke auf der rechten. Hintereinander pressen Sie 15 Mal rund 5 cm gegen das Brustbein.

Steht ein Defibrillator zur Verfügung?  
Nein / Ja

**D**efibrillieren: Folgen Sie den akustischen Anweisungen des Geräts.

Weitere Massnahmen durch die alarmierten professionellen Retter.

**AUCH BEI OTTO PEICHL** hat Stefan Schneider mit seinem Rettungskistchen Erfolg. Der Neustart bringt's. Peichls Herz beginnt erneut zu schlagen. Anschliessend setzt der Profi einen Zugang für die Infusion. Als der Rettungswagen endlich eintrifft, kann die Besatzung schnell die nötigen Schritte unternehmen: Peichls Zustand wird stabilisiert, er kommt wieder zu Bewusstsein. **«Otti wehrte sich schon wieder lebhaft, als man ihn in den Rettungswagen laden wollte», sagt Stefan Schneider. «Ich hatte ein gutes Gefühl, dass er es überstehen wird.»**

Otto Peichl selbst kann sich daran nicht erinnern. Im Kantonsspital Olten behandeln die Ärzte den Infarkt mit einem Herzkathetereingriff. Sie implantieren zwei Stents: feine Metallgitterchen, welche die nun erweiterten Gefässverengungen offen halten. **«Als ich auf der Intensivstation zu mir kam, dachte ich anfangs, ich wäre wegen eines Rippenbruchs hier. Erst später realisierte ich, welches Glück ich hatte.»**

Tatsächlich: Peichl erholt sich gut vom Herzinfarkt. Auch die gebrochene Rippe verheilt komplikationslos. Nach seinem Aufenthalt in einem Spital seines Wohnkantons verbringt er einen Monat in der Rehaklinik Gais AR. **«Meine Ernährung habe ich seither komplett umgestellt.» Früher habe er oft dreimal täglich Wurst gegessen, eine Begleiterscheinung seiner Arbeit in der Grossmetzgerei. «Seit dem Herzinfarkt habe ich elf Kilo abgenommen.»**

Restaurantbesuche liegen jedoch nach wie vor drin. Stefan Schneider und Otto Peichl treffen sich hin und wieder zu einem Essen, um die aussergewöhnliche Rettung zu feiern. Bei einem solchen Treff erklärt der diplomierte Rettungssanitäter und Ausbilder dem Freund, wie das Elektroschockgerät für Laien funktioniert. Schritt für Schritt weist eine Stimme aus dem Lautsprecher des Defibrillators den Retter auf die nötigen Handlungen hin: Wie der Herzstillstandpatient liegen muss, wo die Elektroden am Körper anzukleben sind, wie die Schockabgabe ausgelöst werden muss. **«Der Defi misst die elektrische Herzaktivität des Patienten», erklärt Stefan, «schlägt das Herz normal, ist keine elektrische Reizung möglich. Man kann nichts falsch machen, ganz egal, wie wenig Ahnung man hat.»**

Otto Peichl weiss, wem er sein Leben verdankt. Einer ganzen Reihe von Zufällen. Und dem Glücksfall, dass Stefan Schneider und sein Defibrillator seinen Weg kreuzten.

## RETTUNGSSCHULE

### Lernen Sie, Leben zu retten

Viele Schulen bieten Herz-Lungen-Wiederbelebungskurse und Schulungen zum Umgang mit Laien-Defibrillatoren an. So auch die SBS-Rettungsschule in Bettlach SO, für die Otto Peichls Retter Stefan Schneider das Kurswesen leitet. Neben seinem Engagement für die «Schule mit Herz» arbeitet er auch als Rettungssanitäter für das Kantonsspital Obwalden – «um den Kontakt zur «Strasse» nicht zu verlieren», wie Schneider selbst sagt.

SBS Training & Rettung GmbH, Solothurnerstrasse 35, 2544 Bettlach SO  
Tel. 032 645 14 70, Fax 032 645 14 75  
<http://www.sbs-rettungsschule.ch>  
E-Mail: [info@sbs-rettungsschule.ch](mailto:info@sbs-rettungsschule.ch)

### Exklusiv für Abonnenten:

## Defibrillator inklusive Notfallkurs mit über 25 Prozent Rabatt!

**Das ist dabei:** Defibrillator «Philips Heartstart Erste Hilfe» komplett mit Bedienungsanleitung, Tragetasche rot, Batterie, Klebe-Elektroden, 5 Jahre Philips-Hersteller-Garantie und Schulung während vier Stunden für eine Person.

**Die Notfall-Schulung:** In der Notfall-Schulung lernen Sie von Profis, was im Herz-Notfall zu tun ist (Patientenbeurteilung, Alarmierung bei Telefon 144, Herz-Lungen-Wiederbelebung CPR und Defibrillator-Einsatz). Es werden keine Kenntnisse vorausgesetzt!

**Konditionen:** Kein Risiko! Sie erhalten von der Reavita AG, Zürich, eine verbindliche, schriftliche Auftragsbestätigung mit 10-tägigem kostenlosem Rücktrittsrecht. Die Lieferung erfolgt anlässlich der Schulung oder nach Vereinbarung. Dieses Angebot ist gültig bis 30. November 2005.

**Auskunft:** Reavita AG, Zürich,  
Telefon 044 466 80 66,  
E-Mail: [info@reavita.ch](mailto:info@reavita.ch)



### Ich möchte von der Spezial-Aktion profitieren!

- Ich bin Abonnent/in von Gesundheit Sprechstunde und bestelle den Defibrillator «Philips Heartstart Erste Hilfe» zum Vorzugspreis von nur Fr. 2900.- statt Fr. 3885.- (inkl. MwSt. und Lieferung).
- Ich möchte Abonnent/in der Gesundheit Sprechstunde werden und bestelle ein Jahresabonnement zum Preis von Fr. 49.- sowie den Defibrillator «Philips Heartstart Erste Hilfe» zum Vorzugspreis von nur Fr. 2900.- statt Fr. 3885.- (inkl. MwSt. und Lieferung).
- Bitte senden Sie mir unverbindlich Informationen zum Defibrillator «Philips Heartstart Erste Hilfe».

Bestelltafel einsenden an:

Gesundheit Sprechstunde, Leserangebot, Postfach, 4801 Zofingen

Herr  Frau

T 172 891

Name
Vorname
Strasse/Nr.
PLZ, Ort
Telefon
E-Mail

Das obengenannte AED – Gerät (2800.–CHF) ist auch via [info@sbs-rettungsschule.ch](mailto:info@sbs-rettungsschule.ch) zusammen mit weiteren Geräten erhältlich. Weitere ausgesuchte Geräte bereits ab 2000.– - 4500 CHF