

# Defibrillator im Fitnessstudio - im Notfall Leben retten

Heute gehört es eigentlich schon fast überall zum Standard, Defibrillatoren an öffentlichen Plätzen zugänglich für jedermann zu halten. Die aktuellen Modelle sind vor allem eins: leicht zu bedienen. Oft gibt direkt nach dem Öffnen des Koffers eine Computerstimme bereits genau vor, wie Sie vorgehen müssen, um den Defibrillator korrekt zu verwenden.

## **Auch Fitnessstudios statten sich immer häufiger mit Defibrillatoren aus**

Gerade im Fitnessstudio kann es aufgrund der erhöhten Belastung des Herzens dazu kommen, dass ein Einsatz notwendig wird. Wenn z.B. ein angeborener Herzfehler nie erkannt wurde, ist die Wahrscheinlichkeit am größten, dass ein Zusammenbruch bei sportlicher Belastung eintritt. Wir kennen vor allem von den Geschichten von Leistungssportlern, die in der Blüte ihrer Leistungsfähigkeit plötzlich mitten im Spiel zusammenbrechen. Bis der Rettungswagen eintrifft, kann es oftmals schon zu spät sein. Deshalb ist es wichtig, im Ernstfall schnell optimale erste Hilfe leisten zu können.

## **Wann bringt ein Defibrillator Sinn?**

Ein Defibrillator kann ein stehen gebliebenes Herz nicht wieder zum Schlagen bringen. Moderne Geräte übernehmen aber diesen Test für Sie. Wenn Sie also ein Kammerflimmern oder einen Herzstillstand vermuten, zögern Sie nicht, den Defibrillator anzulegen. Das Gerät wird nur einen Schock auslösen (und diesen vorher ankündigen), wenn tatsächlich ein Kammerflimmern vorliegt. Bei einem echten Herzstillstand hilft nur die klassische Herzdruckmassage. Das muss geübt werden. Deshalb sollte ein erste Hilfe Kurs immer wieder aufgefrischt werden.

Bei erfolgreicher Herzdruckmassage nach einem Herzstillstand stellt sich oft auch erst einmal nur ein Kammerflimmern ein. Wenn dieses Kammerflimmern erreicht ist, kann der Defibrillator wieder helfen, das Herz normal zum Schlagen zu bringen. Ein gutes Gerät ist also nicht nur ein Werkzeug, sondern kann wie ein Helfer sein, der Ihnen zur Seite steht.

Kinder unter acht Jahren brauchen übrigens ein spezielles Gerät, da die Energie der großen Geräte unter Umständen zu stark ist und dauerhafte Schäden hinterlassen könnte.

## **Was kostet so ein Gerät?**

Ab etwa 1000 Euro bekommt man ein günstiges Gerät, das sich auch von einem Laien intuitiv und sicher bedienen lassen kann. Klingt erst einmal recht teuer und ist auch nur eine "für den Fall des Falles" Investition. Aber was sind schon 1000 Euro, wenn unter Umständen ein Menschenleben gerettet werden kann?