

# Bericht 2015.



[www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at)



# Drück Mich!

Jeden Tag werden Menschen vollkommen unerwartet durch den plötzlichen Herztod aus dem Leben gerissen. Ein Ereignis, das keineswegs nur Ältere betrifft und jederzeit eintreten kann, jedoch nur von jedem Zehnten überlebt wird. Mit der Initiative „Drück mich!“ verfolgt die Arbeitsgemeinschaft für Notfallmedizin (AGN) nun das Ziel, das Bewusstsein in der Bevölkerung für die richtige Reaktion bei beobachtetem Herz-Kreislaufstillstand und damit die Überlebensrate massiv zu steigern.

Der plötzliche Herztod – keine Seltenheit!

Etwa 50 Prozent aller Todesfälle in Österreich sind auf Erkrankungen des Herz-Kreislaufsystems zurückzuführen, womit diese Erkrankungen wie in der gesamten hochindustrialisierten Welt ganz vorne in der Todesursachenstatistik stehen. Etwa ein Drittel dieser Patientinnen und Patienten sterben am plötzlichen Herztod. Obwohl österreichspezifische Daten fehlen, ist in der Steiermark von etwa 1100 Betroffenen pro Jahr – also etwa 3 pro Tag – auszugehen. Nur etwa jeder Zehnte überlebt einen plötzlichen Herz-Kreislaufstillstand, viele davon mit schweren Dauerfolgen. Ein Schicksal, das vielfach vermeidbar wäre.

Obwohl es jeden jederzeit treffen kann, wissen nur wenige Menschen, was bei einem beobachteten Herz-Kreislaufstillstand zu tun ist, oder haben Angst, dem Betroffenen zu schaden. Jede Minute ohne Kreislauf sinkt die Überlebenschance um mehr als zehn Prozent, weshalb nach bereits zehn Minuten eine erfolgreiche Wiederbelebung meist nicht mehr möglich ist. Die ersten Minuten, in denen der Rettungs- und Notarztendienst in der Regel noch nicht vor Ort ist, sind deshalb für das Überleben entscheidend. Die einfache Durchführung von Wiederbelebungsmaßnahmen bis zum Eintreffen des Rettungsdienstes kann die Überlebensrate verdreifachen!



[www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at)

# Ziele.

Das Ziel der Initiative ist es, langfristig durch Öffentlichkeitsarbeit, Bewusstseinsbildung und Schulung von Laien aller Altersgruppen steiermarkweit die Rate an Laienreanimationen und damit die Überlebensrate zu steigern. Ein Schwerpunkt der Initiative liegt in multimedialer Öffentlichkeitsarbeit zur Verankerung dieses Themas in der Bevölkerung. Rundfunk, Printmedien und soziale Medien stellen – auch in Bezug auf verschiedene Zielgruppen – wichtige Werkzeuge zur Verbreitung von Informationen bezüglich Wiederbelebung dar. Personen öffentlichen Interesses sollen zur Bewerbung dieses wichtigen Themas herangezogen werden. Mittels verschiedenster Wege zur Vermittlung der Maßnahmen zur Wiederbelebung, soll die Bereitschaft zum Handeln bei Kreislaufstillstand nachhaltig gesteigert werden.

Zentrale Aufgabe von „Drück mich!“ ist die Steigerung der Wiederbelebungsrate durch Laien bei plötzlichem Herz-Kreislaufstillstand und damit verbunden die deutliche Steigerung des Überlebens nach einem solchen Ereignis – im Sinne der Bevölkerung, aber ganz besonders auch im Sinne jedes Einzelnen!

„Drück mich!“ versteht sich nicht als punktuelle und einmalige Aktion, sondern wird das zentrale Ziel – Verbesserung der Überlebenswahrscheinlichkeit nach plötzlichem Herz-Kreislaufstillstand – beharrlich und nachhaltig verfolgen.

„Drück mich!“ ist als ein integratives Projekt ausgelegt. Organisationen, die die beschriebenen Projektziele mitverfolgen wollen, können sich als Partner oder Sponsoren an der Initiative beteiligen und so ihre Ressourcen einbringen.



# Mediale Umsetzung.

## Design. Slogan.

Um die Einfachheit der Maßnahmen der Wiederbelebung deutlich zu machen, wurden einfache Anleitungen und Slogans entsprechend den Vorgaben des European Resuscitation Council kreiert. Die Anleitungsrichtlinie

„rufen, drücken, schocken“ ist einfach, einprägsam und kann im Ernstfall leicht erinnert und nachvollzogen werden. Der Slogan, in Verbindung mit der Web-Site-URL „www.drückmich.at“ soll im Besonderen die Emotionalität des Themas hervorheben und unterstützt wiederum den Lerneffekt der Maßnahmen.

Zusätzlich werden zur Hervorhebung der Wichtigkeit der Thematik und als Eye-Catcher auf Homepage, Plakaten und Flyern Fotos von Prominenten als Paten der Aktion eingesetzt. Verstärkt wird dieser Effekt noch durch auf den jeweiligen Prominenten zugeschnittene Sprechblasen-Texte.

# Herzstillstand.

► rufen ► drücken ► schocken



[www.drückmich.at](http://www.drückmich.at)

# Projektpaten.



Hademar Bankhofer  
Journalist



Wolfgang Böck  
Schauspieler und Intendant



Mario Haas  
Fußballer und Coach



Alfons Haider  
Schauspieler und Sänger



Gerald Pichowetz  
Schauspieler



Birgit Sarata  
Sängerin



Gregor Seberg  
Schauspieler



Robert Seeger  
Moderator



Adi Hirschal  
Schauspieler und Kabarettist



Jazz Gitti  
Sängerin



Harald Krassnitzer  
Schauspieler



Franz Küberl  
Direktor Caritas Steiermark



Barbara Stöckl  
Moderatorin



Folke Tegetthoff  
Schriftsteller und Erzähler



Stefanie Werger  
Sängerin



Raphael Wressnig  
Komponist und Organist

## Homepage & Social Media

Die Website die neben der Projektbeschreibung auch wissenschaftliche Hintergrundinformationen und Informationen zu Partnern und Sponsoren bietet ist unter [www.drückmich.at](http://www.drückmich.at) erreichbar. Parallel zur Homepage sind Social-Media-Auftritte in Facebook, twitter, und Youtube konzipiert, die vor allem den jüngeren Adressatenkreis ansprechen. Alleine der Werbespot wurde in der Woche vor dem 16. Oktober über 50.000-mal angesehen.



[www.drückmich.at](http://www.drückmich.at)

# Tag der Wiederbelebung.

Am 16. Oktober 2015 fand der, vom European Resuscitation Council (ERC – Europäischer Wiederbelebungsrat, Dachorganisation aller nationalen Wiederbelebungs-gesellschaften) entsprechend einer Deklaration des Europa-parlaments vom Juni 2012 ausgerufenen “European Restart a Heart Day” statt.

Der Tag der Wiederbelebung war 2015 ein beachtenswerter Erfolg! In der Grazer Innenstadt, in Einkaufszentren, dem Flughafen, in Schulen und in vielen Spitälern der Steiermark konnten Interessierte in kürzester Zeit erfahren und üben, wie einfach die Wiederbelebung bei einem unerwarteten Herzstillstand ist. So konnten innerhalb eines Tages über 3000 Steirerinnen und Steirer zu neuen Lebensrettern ausgebildet werden. Unter ihnen Stadträtin Lisa Rücker und Bischof Wilhelm Krautwaschl, welche sich von der Initiative und den freiwilligen MitarbeiterInnen begeistert zeigten.

## Standorte in der Steiermark:

Grazer Innenstadt

Am Eisernen Tor (Infostand)

Hauptplatz

Färberplatz

Jakominiplatz

Karmeliterplatz

Schloßbergplatz

Medizinische Universität Graz –  
Vorklink

Hauptbahnhof Graz

Flughafen Graz

Universität Graz – Pharmazie

Shoppingcity Seiersberg

Shopping Nord

Center West

Murpark

BORG Monsberger Graz

HBLFA Raumberg

LKH-Univ.-Klinikum Graz –  
Eingangszentrum

LKH Bruck/Mur

LKH Graz-West

Marienkrankehaus Vorau

Krankenhaus der Elisabethinen Graz

Bergrettung Fladnitz/Teichalm



[www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at)

# Projekte 2015.

Magna Steyr

*MitarbeiterInnenschulung*

Medizinische Universität Graz

*regelmäßige Schulungsabende*

Freiwillige Feuerwehr Graz

*Tag der offenen Tür*

ÖAAB Stadt Graz

*MitarbeiterInneninformationen*

Mini Med

*Vorlesung und praktische Übungen*

Bad Gleichenberg

*Tag der Zukunft*

Volksschule Schönau

*Pilotprojekt*

Altstadtfest Weiz

*Informationsstand*

Knapp

*Sicherheitstag*

LKH Bruck/Mur

*Eröffnung der Intensivstation*

Gesundheitstag Trofaiach

*Information*

Universität Graz

*Informationsveranstaltung*



[www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at)

# Presse.

Berichte, Ankündigen & Informationen

- Kronen Zeitung - Steiermark
- Grazer Woche
- Kleine Zeitung - online
- ORF Radio Steiermark
- ORF Online - orf.at
- BIG - Bürger Info Graz
- Drehscheibe - GKB Info
- Shoppin Nord Magazin
- diverse Newsletter, facebook-Seiten

DIE DIGITALE TAGESZEITUNG

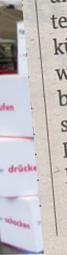
## Drück mich!

Bis 18:00 Uhr findet heute noch die Aktion „Drück mich! Tag der Wiederbelebung“ statt. Die Aktion wird von der Arbeitsgemeinschaft Notfallmedizin in Kooperation mit der Medizinischen Universität Graz und dem European Research Council veranstaltet. An vielen Standorten in Graz werden Passanten eingeladen, Hilfe für den Ernstfall bei einem unerwarteten Herzstillstand zu trainieren.

**Rufen, drücken, schocken: So der eingängige Slogan der Initiative „Drück mich!“**

## Drück mich am Tag der Wiederbelebung

Die Initiative „Drück mich!“ der Arbeitsgemeinschaft für Notfallmedizin (AGN) wird am 16.10. in Graz einen Aktionstag unter dem Titel „Tag der Wiederbelebung“ durchführen. In der Grazer Innenstadt und in Einkaufszentren und im Grazer können Interessierte teilnehmen.



### Mit Wagen von Brücke gestürzt

Im dichten Nebel verlor Samstagfrüh ein Krankenpfleger (49) auf dem Weg zur Arbeit auf der B 54 die Orientierung. Er durchbrach mit seinem Wagen die Leitseilbahn „und stürzte kopfüber etwa drei Meter ab“, berichtet ein Beamter der PI Friedberg. Das Auto kam am Dach zum Liegen. Der 49-Jährige konnte sich selbst befreien, die Feuerwehren Schaueregg und Pinggau borgen das Wrack.



Die richtigen Schritte im Falle eines Herzstillstandes können buchstäblich Leben retten. Der 16. Oktober steht im Zeichen der Wiederbelebung. 50 Ehrenamtliche werden interessiert sein. Die Möglichkeit geben, ihr Wissen wieder aufzufrischen.

## „Drück mich“ am 16. Oktober

**Erste Hilfe kann Leben retten und wird wieder einmal in unseren Fokus gerückt:**  
**Rufen. Drücken. Schocken.** – Das sind die drei Taten, die im Ernstfall Leben retten können. Nämlich: den Notruf (144) wählen, Herzdruckmassage durchführen und gegebenenfalls den Defi verwenden. Mehr Wissen über Erste Hilfe würde in Österreich 1000 Leben retten – im Jahr! Am 16. ist in Graz dazu ein Aktionstag.  
 Jeder zehnte Österreicher stirbt jährlich an einem Herzstillstand. Würden Anwesende sofort mit Wiederbelebung beginnen, könnte man 1000 Menschenleben retten“, heißt es von der Grazer Med-Uni.  
 Viele von uns hatten aber bei der Führerscheinprüfung Kurs – und sind unsicher, was zu tun ist. Einige der wichtigsten Fragen und Antworten kommen von der Initiative „Drück mich!“.  
**Kann ich dem Betroffenen durch Maßnahmen schaden?**  
 „Nein, Sie können absolut nichts falsch machen.“ Es  
 passiert regelmäßig, dass bei der Herzdruckmassage Rippen brechen, „was aber ungefährlich ist“.  
**Wie mache ich diese Massage?**  
 „Legen Sie die Hände übereinander und drücken Sie kräftig und schnell in die Mitte des Brustkorbs, mindestens 100 Mal pro Minute. Bis die Rettung eintrifft.“  
**Wie tief muss ich drücken?**  
 „So fest, dass Sie zirka ein Drittel des Brustkorbs komprimieren.“  
 Die Maßnahmen bei unartem Herzstillstand sind einfach, auch Ihre Hände können Leben retten“, Markus Haar, Projektleiter von „Drück mich!“ Initiative wird am „Tag der Wiederbelebung“, dem 16. Oktober, in der Grazer Innenstadt (Eisernes Tor), Einkaufszentren, auf dem Flughafen und in diversen Bldern zwischen 10 und 18 Uhr die richtigen Griffe zu finden. Sämtliche Infos zum Tag der Wiederbelebung, auch Rote Kreuz gibt Infos zu den.  
 Christa Blümel  
 steiermarkerkronenzeitung.at

## Tag der Wiederbelebung

Auf Initiative des European Resuscitation Council ERC findet am 16. Oktober der „European Restart a Heart Day“ statt. Die Arbeitsgemeinschaft für Notfallmedizin hat dazu die Initiative „Drück mich!“ ins Leben gerufen.



Jeder zehnte Österreicher erleidet im Laufe seines Lebens einen unerwarteten Herzstillstand, wobei aktuell nur etwa zehn Prozent der Betroffenen überleben. Würden bereits Anwesende unverzüglich mit der Wiederbelebung beginnen, könnten österreichweit jährlich rund 1.000 weitere Menschenleben gerettet werden. Aus diesem Grund werden morgen mehr als 50 ehrenamtliche Mitarbeiter Interessierten die Möglich-

Weitere Informationen zum Aktionstag auf [www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at).  
 Partnern wie der Med Uni Graz maßgeblich mitgetragen. Der Slogan „Herzstillstand >rufen >drücken >schocken“ steht dabei für das große Ziel dahinter.  
 menschen mehr überleben könnten, etwa 150 Passanten oder...  
<http://www.drueckmich.at>

Flughafen Graz (GRZ)  
 14. Oktober um 16:58

Herz-Kreislaufstillstand zählen die ersten Minuten zu retten. Am 16. Oktober ist „Tag der Wiederbelebung“... zeigen euch unter anderem am...



**„Drück mich“ zurück ins Leben**  
 Am kommenden Freitag, dem 16. Oktober, ist „Tag der Wiederbelebung“. Dank der Initiative „Drück Mich!“ der Arbeitsgemeinschaft für Notfallmedizin (AGN) können Interessierte an diesem Tag in der Grazer Innenstadt und in Einkaufszentren in und um Graz von 10 bis 18 Uhr in kürzester Zeit erfahren und üben, wie einfach die Wiederbelebung...



## Rufen, drücken, schocken!

... das sind die Schlagworte, wenn es um Erste Hilfe bei Herzstillstand geht. Nämlich: die Rettung rufen, Herzmassage betreiben, ggf. den Defi zum Einsatz bringen. 50 Experten machten gestern, am „Tag der Wiederbelebung“, Graz zum Hotspot für das lebensrettende Thema. Tenor: Man kann nur eines falsch machen – nämlich nicht zu handeln!

[www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at)

... Prominente unterstützen das Projekt, darunter Grazer, Harald Krassnitzer, Barbara Stöckl, Franz Kieber, ...

# Finanzierung.

## Einnahmen

Förderungen	€ 5500.-
Spenden	€ 650.-
Sponsoring	€ 12570.-

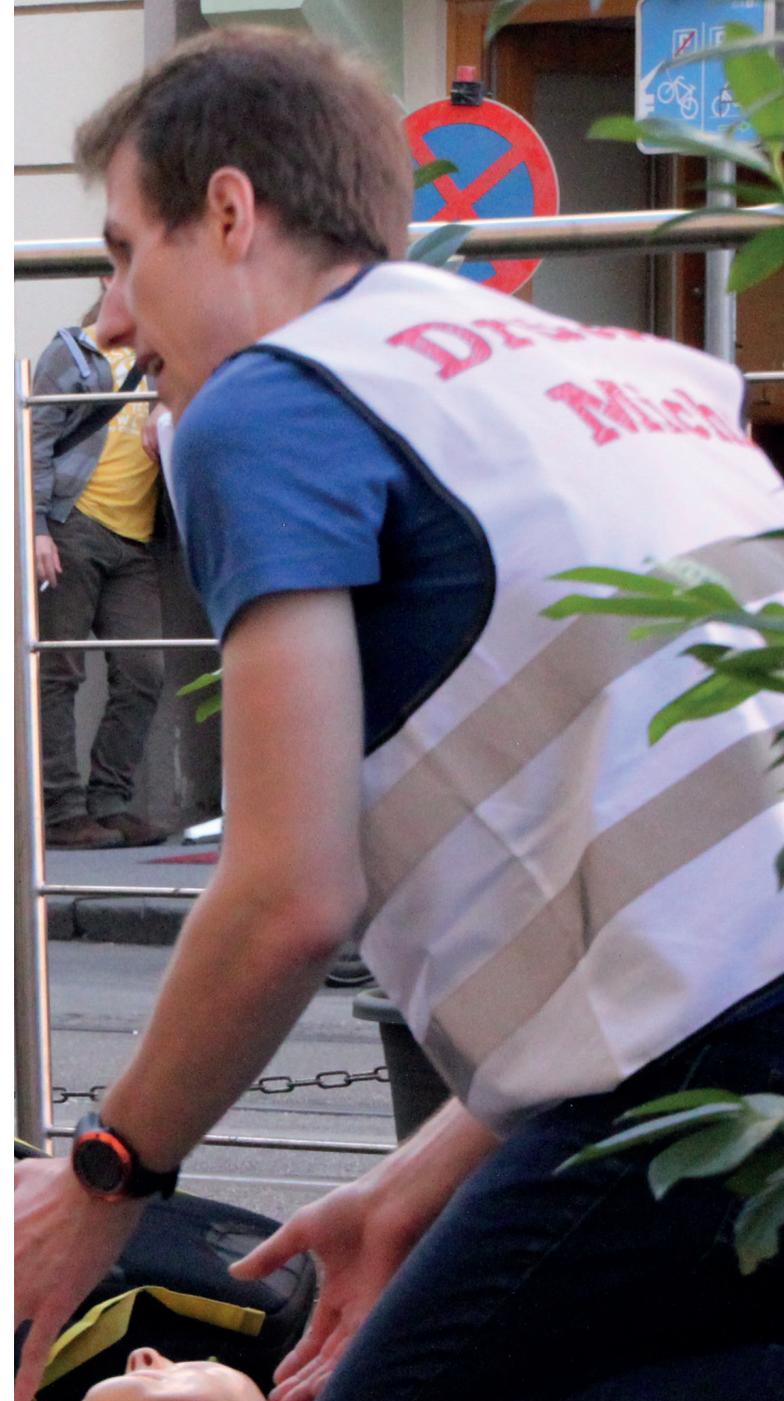
-----  
€ 17880.-

## Ausgaben

Behörde	€ 199,61
Druckkosten	€ 2124,15
Werbung, PR	€ 1311,35
Material	€ 4203,95
Verwaltung laufend	€ 7920.-
Organisation TdW	€ 5040.-
MitarbeiterInnen	€ 1513,40

-----  
€ 22312,46

*Mit anvertrauten Geldern wird verantwortungsvoll umgegangen. Immer werden bei Ausgaben Verhältnismäßigkeit und Sinnhaftigkeit geprüft. Generell ist aber auch zu berücksichtigen, dass qualitätsvolle Arbeit ihren Preis hat. Dabei werden alle eingebrachten Gelder ohne Beschränkungen des Verwendungszweckes gewährt, da eine widmungsgemäße Verwendung von Seiten der Projektleitung garantiert wird. Die Projektleitung gibt mit der Annahme von Sponsorengeldern allerdings keine Zusicherung für projektbezogene Vertragsabschlüsse zu Gunsten der geldgebenden Firmen.*



# Partner.



# Fördergeber.



# Sponsoren.



[www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at)

# Kodex.

## Fokus

Im Fokus der Initiative „Drück mich!“ steht das Ziel die No-Flow-Zeit zu verkürzen. Im Mittelpunkt stehen damit die potentiellen Opfer eines außerklinischen Herzstillstandes deren Situation verbessert werden soll. Alle Teilprojekte der Initiative sollen diesem Ziel dienen.

## Sachlichkeit

„Drück mich!“ und seine Inhalte werden auf dem aktuellen, wissenschaftlichen Wissensstand beruhen. Die Umsetzung der daraus abgeleiteten Teil-Projekte und Maßnahmen berücksichtigt die regionalen Rahmenbedingungen und Implikationen. Nur damit kann gewährleistet werden, dass die Projekte den gewünschten Effekt erbringen und zur Erreichung der Zielsetzung von „Drück mich!“ beitragen.

## Nachhaltigkeit

Bereits zu Beginn der Planungsphase der Initiative wird auf die Nachhaltigkeit geachtet. Dies beinhaltet die Abwägung zur Verhältnismäßigkeit der einzusetzenden Mittel ebenso, wie die planerische Sicherstellung der Kontinuität des Projekts. Nachhaltigkeit wird aber ebenso hinsichtlich der sozial, ökologischen und ökonomischen Bilanz gelebt. So sollen z.B. auch Druckwerke und Give-aways hinsichtlich ihrer Nachhaltigkeit bewertet werden.

## Selbstbeschränkung

Sollten die genannten Punkte bei der Umsetzung eines Teilprojektes voraussichtlich nicht eingehalten werden können, bedeute dies unter Umständen auch den Verzicht auf dieses unter Umständen prestigeträchtigere Projekt zu Gunsten der eigentlichen Grundziele.

## Glaubwürdigkeit

Diese beschriebene sachliche Nüchternheit, kritische Reflexion und freiwillige Selbstbegrenzung wird langfristig die Glaubwürdigkeit von „Drück mich!“ stärken.

## Wertigkeiten

Im Mittelpunkt allen Handelns steht die Bevölkerung, deren Situation verbessert werden soll. Der Inhalt einer jeden Aktion steht vor der Botschaft, die Botschaft steht vor der Präsentation selbiger, die Präsentation steht vor dem öffentlichen Auftritt. Immer stehen die Inhalte von „Drück mich!“ vor der Verkörperung durch die betreffende Organisation. Keine Aktion darf primär darauf ausgelegt sein, sich eine Bühne zur Selbstinszenierung zu schaffen.

Dieser Kodex ist nicht nur ein Lippenbekenntnis, sondern ist Teil des aktiven Denkens aller Beteiligten und wird dementsprechend auch so gelebt.

Impressum:  
© 2016 Arbeitsgemeinschaft für Notfallmedizin Gestaltung: [www.conventa.at](http://www.conventa.at)  
[info@drueckmich.at](mailto:info@drueckmich.at) [www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at) Villefortgasse 22, 8010 Graz

[www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at)

# Herzstillstand.

Keine Reaktion? Keine normale Atmung?

► rufen

Rufen Sie den Notruf 144.



► drücken

Drücken Sie kräftig und schnell  
in die Mitte des Brustkorbs:  
mindestens 100 mal pro Minute.



► schocken

Falls ein Defibrillator vorhanden ist,  
schalten Sie diesen ein und befolgen  
Sie die Anweisungen.



[www.drueckmich.at](http://www.drueckmich.at)

