

Im November 2021 erlitt Marco in einem Gewerbegebäude in Fehrltorf einen HerzKreislaufstillstand und wurde erfolgreich mit einem ZOLL AED Plus reanimiert.

Aus der Sicht von Marco

Marco, erzähl uns kurz etwas über dich?

Ich bin Ehemann sowie Vater von zwei Kindern und habe auch zwei Enkelkinder. Im Moment liebe ich es, Zeit im Garten zu verbringen, während die beiden Kleinen herumhüpfen und herumtollen. Seit 8 Jahren bin ich auch im Gemeinderat tätig, was ich jedoch nicht als Belastung oder Stress empfinde.

Früher war ich sehr sportlich und ging oft joggen, aber auch wandern und Ski fahren. Doch während der letzten 10 Jahre hat meine sportliche Aktivität leider stark abgenommen.

Und wie sieht es beruflich bei dir aus?

Mein beruflicher Weg ist spannend. Begonnen habe ich als Arzt und bin dann vor über 30 Jahren in die IT gerutscht mit dem Fokus auf elektronische Patientendossiers. Mittlerweile arbeite ich als Abteilungsleiter im Bereich Kommunikationssoftware für Banken.

Wie hast du dich am Morgen vor dem HerzKreislaufstillstand gefühlt?

Gefühlt habe ich mich wieder immer. Ich verspürte keinerlei Anzeichen, die mich hätten aufhorchen lassen, dass mit meinem Herzen etwas nicht stimmen könnte.

Und was ist kurz davor genau passiert?

Ich machte mich auf den Weg nach Hause für das Mittagessen. Gerade als ich durch die Tür treten wollte, kippte ich einfach um, als hätte jemand bei mir die Lichter ausgeknipst.

Was war dein nächster Gedanke?

Nachdem ich wieder zu mir kam, war ich ziemlich desorientiert. Ich lag noch am Boden und als ich plötzlich das Logo meiner Firma sah, wusste ich sogleich wieder, wo ich war.

Was hat den HerzKreislaufstillstand ausgelöst und was sind die Folgen nun für dich?

Auslöser für den HerzKreislaufstillstand war ein kleiner, akuter Herzinfarkt (Verschluss eines Herzkranzgefäßes, Anmerkung d.R.). Die betroffenen Gefäße wurden mit Stents behandelt, damit diese wieder offen sind und auch bleiben. Seither muss ich viele Medikamente einnehmen und meinen Alkoholkonsum auf ein Minimum reduzieren. Bereits bei einem zweiten Glas Wein macht sich mein Herz bemerkbar. Zudem versuche ich gesünder zu essen, um mein Körpergewicht zu reduzieren.

Was hat dich diese Erfahrung gelehrt?

Vor dem Herzkreislaufstillstand hatte ich mich soweit fit und gesund gefühlt. Zudem hatte mich ein kurz zuvor durchgeführter Gesundheits-Check in dieser Auffassung bestärkt. Doch jetzt weiss ich, dass man trotz allem nicht vor einem Herzinfarkt gefeit ist.

Welche Botschaft möchtest du an andere Menschen richten?

Gesunde Ernährung und regelmässige Fitness sind enorm wichtig.

Ich hatte wirklich ein „riesen Schwein“. Genauso hätte ich auch woanders kollabieren können, wo niemand zugegen gewesen wäre. Zudem war gleich ein AED ganz in der Nähe, was ebenfalls ein Glücksfall für mich war. Wenn sich jemand überlegt in seinem Geschäft, seiner Siedlung, seiner Gemeinde, in einem öffentlichen Gebäude oder sonst wo einen Defibrillator zu installieren, so kann ich dies nur unterstützen. Mir hat die schnelle Reanimation mit einem Defi das Leben gerettet und für das bin ich enorm dankbar!

Aus der Sicht von Claudio

Wie hast du die ersten Momente des Geschehens wahrgenommen?

Mit zwei Arbeitskollegen wollte ich gerade in die Mittagspause gehen, als jemand zu uns hinaufkam. Dieser fragte, ob wir erste Hilfe leisten könnten, da jemand kollabiert sei. Ich habe intuitiv unseren AED mitgenommen, den unsere Firma kürzlich beschafft hatte. Unten angekommen stellte ich fest, dass bereits begonnen wurde zu reanimieren (Herzdruckmassage).

Und dann hast du gleich den AED eingesetzt?

Genau! Ich habe den Defibrillator geöffnet, eingeschaltet und alles herausgenommen. Ich wusste bei jedem Schritt was zu tun ist und habe mich sicher gefühlt, obwohl ich mir das Gerät nur einmal zuvor kurz angesehen hatte. Nach der Schockabgabe sagte das Gerät, dass eine Herzdruckmassage gemacht werden müsse. Das Gerät gibt dann Anweisungen wo und wie fest, aber auch wie schnell man drücken muss. Mit einem minimalen Grundwissen und der Anleitung des Geräts kann man eine Person problemlos reanimieren. Zum Glück war Marco schnell wieder bei Bewusstsein.

Wie lange hat es gedauert, bis der Rettungsdienst eintraf?

Es hat sich für mich sehr lange angefühlt, fast wie Stunden. Das Zeitgefühl ging während der Reanimation völlig verloren.

Wie hast du dich nach der erfolgreichen Reanimation gefühlt?

Im ersten Moment war ich noch unter Schock. Einige Zeit später machte sich aber eine grosse Erleichterung breit, da ich zu einem positiven Ausgang für Marco beitragen konnte.

Was nimmst du aus dieser Erfahrung heraus?

Für mich ist nach diesem Ereignis klar, dass es nicht genug Defibrillatoren geben kann. Kurz nach dem Vorfall habe ich in einem Gruppenchat meinen Freunden geschrieben, dass sie sich alle für einen Defibrillator beim Arbeitgeber stark machen sollen.