

## Hartstilstand en AED

### Quote

"Elke week worden 300 mensen buiten het ziekenhuis getroffen door een hartstilstand. Dat zijn twee vliegtuigen vol. 10-20% overleeft dit. "

### De feiten

- Met een automatische externe defibrillator ( AED) kun je levens redden. Het hart wordt d.m.v. een elektrische schok weer op gang gebracht. Naast een AED is reanimatie (hartmassage en beademing) essentieel. De beste overlevingskans is bij ventrikelfibrillatie (ca. 50 % van de hartstilstandgevallen ). Een AED is dan noodzakelijk.
- Elke week worden 300 Nederlanders buiten het ziekenhuis getroffen door een hartstilstand. Ter vergelijking: dat zijn twee vliegtuigen per week. Dat zijn 15.000 à 16.000 slachtoffers buiten het ziekenhuis per jaar.
- Bij een plotse hart- of circulatiestilstand stopt het hart met pompen en staat de bloedsomloop in het lichaam stil. Dit kan een gevolg zijn van een hartinfarct/hartaanval. Zie voor meer informatie over hartstilstand tipsheet 'Hartstilstand'.
- De eerste zes minuten bij een hartstilstand zijn cruciaal. Een ambulance in Nederland heeft een aanrijtijd tussen de 8 en 10 minuten, deze is dus vaak niet tijdig ter plekke.
- Als omstanders 112 bellen, reanimeren en binnen 6 minuten de automatische externe defibrillator (AED) toepassen loopt de overlevingskans op van 10 – 20 procent tot 50 à 70 procent.
- Een AED is gemakkelijk te hanteren, geeft gesproken opdrachten en geeft zelf aan of en wanneer een schok gegeven moet worden. Foutief gebruik is onmogelijk. Iedere Nederlander mag een AED gebruiken/inzetten, een cursus helpt de angst voor gebruik weg te nemen en efficiënt te werken (tijd!!).
- Een AED kost tussen de 1.200 en 4.000 euro. Als een AED is ingezet moet een deel van de onderdelen worden vernieuwd (elektroden, soms batterij). Plaatsing van een AED aan de buitenzijde van gebouwen/woningen is het meest ideaal, dan heeft iedereen er toegang toe.
- Plaats van de hartstilstand.
  - o 70 - 80% thuis
  - o 20 - 30% in openbare ruimten, op het werk (10%), sportaccommodatie e.d.Bij ongeveer 75% van de slachtoffers van een hartstilstand is een omstander aanwezig, waarvan:
  - o 35%: levenspartner
  - o 58%: omstanders/naasten
  - o 7% : huisartsen, politie en brandweer

### Wat is het probleem?

Elke week worden in Nederland 300 mensen buiten het ziekenhuis getroffen door een hartstilstand.

Dat gebeurt het meest in de thuissituatie. Het kan dus gebeuren dat vader, moeder, zus, broer, vriend(in), kind, opa, oma of buurman een hartstilstand krijgt. In de meeste gevallen zijn er één of meer omstanders die het slachtoffer door direct hulp te verlenen (112 bellen, reanimeren, defibrilleren

Om een leven te redden bij een hartstilstand is de volgende actie binnen 6 minuten nodig: - 112 bellen, direct starten met reanimatie en de defibrillator (AED) gebruiken.

Een ambulance in Nederland heeft bij spoedzaken een gemiddelde aanrijtijd van 8-10 minuten.

Daarom is hulpverlening van de burgers noodzakelijk om de overlevingskans bij een hartstilstand te verhogen.

Wat is een AED?

Een automatische externe defibrillator, een AED, is een apparaat dat via twee plakelektroden op de ontblote borstkas de hartactie van een slachtoffer met een hartstilstand registreert. Het is een apparaat dat leekhulpverleners kunnen en mogen inzetten bij een reanimatie. Aan de hand van computergestuurde protocollen, geeft de AED gesproken opdrachten. Uitsluitend bij een te defibrilleren hartritmestoornis wordt een schokopdracht gegeven.

De AED is een belangrijk apparaat, maar vervangt niet de basale reanimatie (te weten hartmassage en beademing). Directe basale reanimatie is altijd nodig om de hersenfunctie veilig te stellen, de tijd te overbruggen tot de AED er is en het hart zelf voor te bereiden op een of meer stroomstoten van de AED.

- De AED is veilig en betrouwbaar. Een AED zal alleen een schok toedienen, als de analyse van het hartritme uitwijst dat dit noodzakelijk is. Een schok toedienen aan iemand die geen hartstilstand heeft, is onmogelijk.
- Het bedienen van een AED is relatief eenvoudig te leren. Iemand die al kan reanimeren, leert binnen een uur omgaan met een AED. Zodra de leekhulpverlener de AED aanzet neemt de AED de regie over.
- Een AED kan als 'apparaat' nooit levens redden. Het is de omstanders, degene die handelt!

AED's, automatische externe defibrillators, zijn nog geen gemeengoed in Nederland.

Hoewel 60% weet wat een AED is, is nog lang niet iedereen op de hoogte wanneer je een AED kunt gebruiken. Veel mensen durven het ook niet te gebruiken. Een korte cursus helpt daarbij.

Er zijn nog te weinig mensen die een reanimatie- en AED cursus hebben gedaan. Ongeveer 40% van de Nederlanders van 18 jaar en ouder volgde, kort of langer geleden, een reanimatiecursus.

Het zou mooi zijn als iedereen in Nederland een reanimatie- en AED cursus heeft gedaan. En een of meer herhalingslessen.

In Nederland hangen naar schatting zo'n 20.000 AED's. Ze zijn herkenbaar aan het logo.

Niemand weet precies waar en hoeveel het er in totaal zijn. AED's zijn te vinden in bijvoorbeeld kantoren, winkelcentra, luchthavens, NS-stations, supermarkten, sportlocaties en woonwijken.

De Hartstichting zou graag hebben dat ze overal in Nederland beschikbaar komen.

## Wie loopt er risico?

- 0 - 20 jaar - 20 - 40 jaar - 40 - 60 jaar - 60+ jaar

Iedereen, ook jouw vader of moeder, buurvrouw, sportmaatje of werkgever.

De gemiddelde leeftijd is 65 jaar. Het overkomt drie keer meer mannen dan vrouwen. Ongeveer 50 procent van de getroffen personen heeft geen voorgeschiedenis met hartklachten.

## Hoe wordt het erger? Kan het worden voorkomen?

Verzilvering

De gemiddelde leeftijd van de slachtoffers van een hartstilstand is 65 jaar. Er is een groeiende groep personen die deze leeftijd nadert. In theorie zal het aantal hartstilstanden ook toenemen. De kans dat het iemand in je omgeving overkomt wordt daarmee ook groter.

Reanimatie- en AED cursus

Door zoveel mogelijk mensen een reanimatie en- AEDcursus aan te bieden kan de overleving bij een hartstilstand toenemen. Reanimisten (mensen die een cursus hebben gedaan) zullen eerder handelen bij een hartstilstand. En het belang van een AED inzien. Een reanimatie- en AED cursus duurt maar een paar uur en kost tussen de 20 en 50 euro. Zie ook [www.reanimatiepartners.nl](http://www.reanimatiepartners.nl)

Zie ook tipsheet hartstilstand en reanimatie binnen 6 minuten

#### Beschikbaarheid van AED's

De Hartstichting zou het liefst hebben dat heel Nederland voorzien is van AED's en dat de AED's vrij toegankelijk zijn. Probleem bij gemeenschappelijk en openbaar beschikbaar stellen van de AED's is de veiligheid van de apparaten. Een solide kast, alleen te openen onder specifieke omstandigheden, voorkomt vandalisme en diefstal.

#### Hoe herken je een hartstilstand?

Een slachtoffer van een hartstilstand is bewusteloos. Hij/zij reageert niet wanneer je hem/haar aanspreekt en voorzichtig zijn/haar schouders schudt. Ook ademt het slachtoffer niet (normaal). De ademhaling controleer je door het hoofd van het slachtoffer naar achteren te bewegen en de kinlift te doen: voel, luister en kijk 10 seconden of er normale ademhaling is.

Een hartstilstand kan het gevolg zijn van een hartinfarct/hartaanval (het moment dat het hart 'aangevallen' wordt). Bij hartfalen heeft het hart een slechte pompfunctie, dit hoeft niet te leiden tot een hartstilstand.

#### Wat te doen bij een hartstilstand?

Om een slachtoffer een overlevingskans te geven, is het belangrijk dat je direct begint met reanimeren. Reanimatie is onderdeel van de keten van overleving, die uit vier stappen bestaat:

- Stap 1. Bel direct 112 om een ambulance op te roepen. Zeg dat het om een hartstilstand/reanimatie gaat.
- Stap 2. Start direct met basale reanimatie. Dit is hartmassage in combinatie met mond-op-mondbeademing.
- Stap 3. Er volgt zo vroeg mogelijk (• Stap 4. Specialistische reanimatie door professionals.

#### 6 minuten zone

De Hartstichting pleit voor zoveel mogelijk 6 minuten zones in Nederland.

In een 6 minuten zone wordt bij een hartstilstand direct 112 gebeld met de melding 'reanimatie'. De meldkamercentralist zorgt er voor dat de ambulance direct vertrekt. Daarna krijgen burgerhulpverleners in de buurt van het slachtoffer een SMS-bericht van de meldkamer. Een aantal krijgt per sms de opdracht naar het slachtoffer te gaan om te gaan reanimeren. Een aantal anderen krijgt de opdracht de dichtstbijzijnde AED te halen en daarmee naar het slachtoffer te gaan. De SMS wordt gestuurd naar meerdere burgerhulpverleners, zodat de kans groter is er niet alleen voor te staan.

Door de AED's 24 uur toegankelijk te maken en op duidelijk herkenbare plaatsen op te hangen kan een burgerhulpverlener optimaal hulp verlenen.

## Conclusie

- Elke week worden 300 Nederlanders buiten het ziekenhuis getroffen door een hartstilstand, waarvan nog maar 10 -20 % dit overleeft.
- De eerste zes minuten bij een hartstilstand zijn cruciaal.
- Overlevenden functioneren in het algemeen onveranderd goed vergeleken met voor de reanimatie.
- Weet wat je moet doen: bel 112 , reanimeer en defibrilleer binnen 6 minuten, dan kan de overlevingskans oplopen tot 50 à 70%.
- Volg een reanimatie- en AEDcursus
- Er kan veel levenswinst geboekt worden als overal AED's beschikbaar zijn.
- 60% van de bevolking weet wat een AED is en 1,4 miljoen Nederlanders volgde een AED cursus (bron: 4 -meting, juli 2009)
- Door het belang van een AED blijvend bekendheid te geven wordt hopelijk de kans op vandalisme en/ of

diefstal verkleind.

## Casus: Gered door brandweer met AED

Dhr. De Laat heeft een open hartoperatie gehad. Op de operatietafel heeft hij een hartstilstand gehad en is daarna gaan revalideren. Na zijn revalidatie mocht hij alles weer doen zoals tennissen, fietsen en werken. Een aantal maanden later ging hij met vrienden tennissen. Na 1½ uur achter de bal aanlopen viel hij als een blok op de grond.

Er ging direct een 6 minuten sms-alert naar alle mensen in de omgeving. De aanwezige medici onder de tennissers verdrongen zich om het slachtoffer. De een wist het nog beter dan de ander. Een vriend die kon reanimeren is direct begonnen met reanimeren, een ander heeft 112 gebeld.

Doordat de brandweer in de directe omgeving met een training bezig was en een AED bij zich had kon er snel gehandeld worden. De ambulance was pas ter plekke na een kwartier.

Toen dhr. de Laat op de brancard werd weggebracht naar de ambulance kwam hij bij. Hij heeft nog 2 weken in het ziekenhuis gelegen. Dit duurde zolang omdat er een ICD geïmplanteerd moest worden. Hierdoor voelt hij zich goed in de gaten gehouden. Het gaat heel goed met hem. Hij werkt 4 halve dagen per week, sport en doet eigenlijk alles weer.

De tennisbaan heeft meteen een AED aangeschaft en vrijwilligers opgeleid.

Dankzij de snelle actie van de brandweer met de AED heeft hij het gered.

## Meer informatie

Nederlandse Hartstichting

Prinses Catharina Amaliastraat 10, 2496 XD Den Haag

Telefoonnummer: 070-3155555

Informatielijn: 0900-3000 300 (lokaal tarief, bereikbaar van ma t/m vrij van 09.00 – 13.00 uur)

Meer informatie over de 6 minuten campagne: [www.6minuten.nl](http://www.6minuten.nl)

Meer informatie over 6 minuten zones: [www.6minutenzone.nl](http://www.6minutenzone.nl)

Meer informatie over reanimatiecursus: [www.reanimatiepartner.nl](http://www.reanimatiepartner.nl)

Meer informatie over hart- en vaatziekten: [www.hartstichting.nl](http://www.hartstichting.nl)