

PRESSEINFORMATION

Erste Hilfe und Notfallmanagement: Innerhalb und außerhalb der Praxis sicher agieren

- Sekunden können entscheidend sein
- Regelmäßiges Training gibt MFAs und ZFAs Sicherheit
- Ersthelfer-Apps ermöglichen schnellere Versorgung von Notfällen

München, August 2026. Bei einem Herz-Kreislauf-Stillstand in der Öffentlichkeit entscheiden die ersten Minuten, also oft die Zeit, bevor der Rettungsdienst eintrifft, ob und wie der betroffene Mensch überlebt: Weitgehend gesund oder mit bleibenden neurologischen Schäden. Kai Langlotz, Notfallsanitäter, Praxisanleiter und Experte beim PKV Institut, gibt Praxismitarbeitenden Tipps, um im Notfall sicher zu agieren.

Um den Genesungserfolg des Gehirns bei Patientinnen und Patienten nach einem Herzstillstand zu messen, wird in Deutschland standardmäßig der CPC-Score (Cerebral Performance Category) genutzt, eine internationale Skala von 1 bis 5 zur Beurteilung der neurologischen Funktion nach einer Reanimation. CPC 1 oder 2 gelten dabei als gutes neurologisches Überleben, von CPC 3 spricht man bei einer bleibenden schweren Behinderung. Wer mit CPC 4 überlebt, ist nicht handlungsfähig und auf volle Pflege angewiesen. CPC 5 steht für den Hirntod. „Etwa 7,9 % aller Patientinnen und Patienten in Deutschland überleben außerklinische Reanimationen mit einem CPC Score von 1 oder 2“, sagt Kai Langlotz: „In Seattle überleben deutlich mehr Menschen ohne schwere Beeinträchtigungen.“ Der Grund: Defibrillatoren sind im ganzen Stadtgebiet,

öffentlichen Gebäuden und kommunalen Fahrzeugen mit hoher Dichte verteilt, und schon Kinder üben regelmäßig den Umgang mit den lebensrettenden Geräten.

Diese Zahlen, von Kai Langlotz beim 18. Deutschen MFA-Tag & ZFA-Tag im Juni 2025 in München präsentiert, haben Karin Bonn, Quereinsteigerin im Praxisteam einer HNO-Praxis in Schwabach, nicht losgelassen: Gemeinsam mit dem örtlichen Lions Club hat sie innerhalb eines Jahres dafür gesorgt, dass mehr Defibrillatoren in Schwabach verteilt werden und Schulungen für die Bevölkerung stattfinden. „Es muss selbstverständlich werden zu helfen“, sagt ihre Kollegin und Praxismanagerin Nicole Windt. Die Praxisleitung steht hinter der Initiative, die das Thema Defibrillatoren in der ganzen Stadt ins Bewusstsein gerückt hat. Karin Bonn traut sich nach den Schulungen zu, im Ernstfall einen Defibrillator anzuwenden: „Auch für Menschen, die im Gesundheitswesen arbeiten, sind solche Momente extrem fordernd. Wichtig ist, dass Handgriffe sitzen, weil sie regelmäßig geübt werden.“ In der Praxis selbst hängt, obwohl gesetzlich nicht vorgegeben, seit jeher ein eigener Defibrillator, das Team übt regelmäßig gemeinsam Erste Hilfe und Notfallmanagement.

MFAs und ZFAs als Ersthelfer

Kai Langlotz ist begeistert von diesem Engagement und betont die gesellschaftliche Bedeutung von MFAs und ZFAs auch beim Thema Erste Hilfe: „Wer im Gesundheitswesen arbeitet und regelmäßig Erste Hilfe trainiert, kann einen echten Unterschied machen und Vorbild auch für andere sein.“ Standardisierte Checklisten und vor allem regelmäßige Trainings helfen MFAs und ZFAs, bei Notfällen innerhalb und außerhalb der Praxis sicher zu agieren: „Gerade, wenn Notfälle unwahrscheinlich sind und selten vorkommen, ist es wichtig, gut vorbereitet zu sein. Üben Sie die Abläufe immer wieder gemeinsam im Team, damit im Ernstfall jeder Handgriff sitzt und die Patientin oder der Patient gerettet werden kann.“

5 Sofortmaßnahmen im Notfall:

- Prüfen Sie, ob die kollabierte Person noch ansprechbar ist.
- Wenn nicht: Stellen Sie fest, ob die Person noch atmet.

- Wenn nicht: Beginnen Sie sofort mit der Thoraxkompression (Herzdruckmassage).
- Eine weitere Person setzt einen Notruf ab.
- Eine andere Person holt sofort den Defibrillator, der innerhalb von Minuten zum Einsatz kommen soll.

Klare Prioritäten, Aufgabenverteilung und Kommunikation

Oft gehe wertvolle Zeit mit dem Freimachen der Atemwege verloren, weil die Routine fehle, sagt Langlotz: „Aufwendige Maßnahmen zur Atemwegssicherung dürfen den Beginn der Thoraxkompressionen nicht verzögern. Besser ist es, sofort mit der Herzdruckmassage zu beginnen.“ Besonders in akuten Notfallsituationen sind auch Kooperation, situative Aufmerksamkeit, Führungsverhalten, Entscheidungsfindung und sichere, effektive Kommunikation im Team entscheidend: Wer holt den Notfallkoffer? Wer ruft den Notarzt? Wer bleibt bei Patientin oder Patient? Durch Rückbestätigung können Teams Fehler vermeiden und für einen eindeutigen Handlungsablauf sorgen: Der Empfänger einer Anweisung wiederholt diese in eigenen Worten. Dadurch können sich beide Seiten vergewissern, dass alles richtig verstanden wurde: „So stellt man sicher, keine wertvollen Sekunden durch Missverständnisse zu verlieren.“ Ob Teams gut aufgestellt sind, können sie im Praxischeck Notfallmanagement der kassenärztlichen Bundesvereinigung testen: <https://praxischeck.kbv.de/mpc/courses/list.xhtml>

Ersthelfer-Apps als Beitrag zu schneller Versorgung

Wie gut die Minuten, bevor der Rettungsdienst eintrifft, überbrückt werden, hängt davon ab, ob sich medizinisch qualifizierte Ersthelferinnen und Ersthelfer in unmittelbarer Nähe des Notfalls befinden. Noch gibt es keine flächendeckenden Community-First-Responder-Systeme, aber regionale Apps ergänzen zunehmend die etablierte Rettungskette, etwa „Team Bayern Lebensretter“ (Bayerisches Rotes Kreuz), „Mobile Retter“ oder „Region der Lebensretter“. Wer sich dort als Ersthelfer registriert, kann sich durchgehend oder in gewünschten Zeitfenstern benachrichtigen lassen, wenn in seiner Nähe ein Notfall passiert.



Experte Kai Langlotz beim 18. Deutschen MFA-Tag & ZFA-Tag. Die Folie zeigt Ersthelfer-Apps (Quelle: PKV Institut / Thomas Cojaniz)



Quereinsteigerin Karin Bonn in einer Erste-Hilfe-Schulung (Quelle: HNO-Praxis Schwabach)



Die HNO-Praxis Schwabach hat einen eigenen Defibrillator, das Team übt regelmäßig.

V.l.n.r.: Angelina Bloos, Michelle Rauch (stehend), Fariza Saitkhadzheva (stehend), Mareike Baumgärtner, Karin Bonn, Dr. med. Nikolas Bauer (Praxisleitung)

Nicht im Bild: Dr. med. Swetlana Becker (Praxisleitung), Dr. med. Julia Dormann, Dr. med. Dorothea Mathies Anne Leitmeier (Ärztin), Pamela Alaniz Martinez (Assistenzärztin in Weiterbildung), Nicole Windt (Praxismanagerin), Claudia Kupfer, Ann-Kathrin Hadergjonaj, Imke Garn und Silvia Renner.

(Quelle: HNO-Praxis Schwabach)

Für weitere Informationen:
Sarah Geiberger / Sabine Zeller

PKV Institut GmbH, Goethestraße 66, 80336 München

Telefon: 089 4522809-34

Fax: 089 4522809-50

presse@pkv-institut.de

www.pkv-institut.de

Über das PKV Institut:

1973 als GWI Marketing GmbH von Walter Egenberger gegründet, 1981 in PKV Printkompress Verlags GmbH umbenannt, entwickelt das PKV Institut seit 1988 Fort- und Weiterbildungsangebote speziell für Medizinische Fachangestellte (MFA) und Zahnmedizinische Fachangestellte (ZFA) sowie andere Praxismitarbeitende. Alle Fernlehrgänge sind von der staatlichen Zentralstelle für Fernunterricht zertifiziert. Das PKV Institut ist als Bildungsdienstleister ISO 9001-zertifiziert und zugelassener AZAV-Bildungsträger für die Fernlehrgänge Praxismanager/-in, Qualitätsmanagementbeauftragte/-r sowie Quereinstieg. Laut FernstudiumCheck ist das PKV Institut Deutschlands Beliebteste Fernschule 2026. Mit dem jährlich in München stattfindenden Deutschen MFA-Tag & ZFA-Tag richtet es den größten deutschsprachigen Kongress für MFAs und ZFAs aus. Bis 2024 führten Christel Egenberger, ihr Sohn Tim Egenberger und dessen Ehefrau Katrin Egenberger das PKV Institut mit rund 40 Teammitgliedern. Im Mai 2024 trat Christel Egenberger aus der Geschäftsführung aus und Anna Elberskirch, die zuvor schon 7 Jahre im Unternehmen tätig war, wurde Mitglied der Geschäftsführung. Das Familienunternehmen ist einzig MFAs, ZFAs und Praxisteams verpflichtet. Gemäß dem Unternehmensmotto „Nah an der Praxis. Nah am Leben“ setzt sich das PKV Institut dafür ein, dass Praxismitarbeitende ihr volles Potenzial im Berufsleben ausschöpfen können.