

Frauenherzen schlagen anders – und Wissen schützt!

Das Wichtigste für uns ist IHR Herz! Bitte helfen Sie!



ÖSTERREICHISCHER
HERZFONDS

Menopause & Herzgesundheit

Vor der Menopause wirkt Östrogen schützend auf das Herz-Kreislauf-System. Es unterstützt unter anderem die Gefäßfunktion und beeinflusst den Fettstoffwechsel günstig. Mit dem Rückgang der Hormonproduktion in und nach der Menopause entfällt ein wichtiger Schutzfaktor für das Herz-Kreislauf-System. Dadurch steigt das Herzrisiko bei vielen Frauen. Prävention, Früherkennung und Aufmerksamkeit für Symptome sind in dieser Lebensphase daher besonders wichtig.



Bestellen Sie unseren kostenlosen Folder „Menopause & Herzgesundheit“, auch gerne telefonisch unter 01/4059155.

Ihre Spende kommt sicher an!

Der Österreichische Herzfonds ist eine gemeinnützige Institution, die seit der Gründung vor 54 Jahren unter dem Motto „Schach dem Herztod“ Herzforschungsprojekte finanziert und viele Programme und Initiativen für die Herzgesundheit der österreichischen Bevölkerung durchführt.

TIPP: Kennen Sie unseren Podcast „Herz plus“? Prof. Kurt Huber und Prof. Andrea Podczec-Schweighofer führen informative Gespräche mit Expert:innen zu verschiedenen Themen zur Herzgesundheit. Hören Sie rein! Besuchen Sie unsere Website unter www.herzfonds.at.



Ein Defi für Frauen im Wohnheim des Wiener Hilfswerks



Frauenherzen liegen uns besonders am Herzen – auch bei der Versorgung mit Defibrillatoren. Um die Sicherheit vor Ort zu erhöhen, haben wir dem Wohnheim für betreutes Wohnen in der Bürgerspitalgasse des Wiener Hilfswerks, das Frauen mit psychosozialen Beeinträchtigungen begleitet, einen halbautomatischen Defibrillator zur Verfügung gestellt.



HERZSTILLSTAND

Schnelles Handeln rettet Leben



Ein Herzstillstand tritt meist plötzlich und ohne Vorwarnung auf. Schon die ersten vier Minuten sind entscheidend für Leben oder Tod. Der sofortige Einsatz eines Defibrillators kann in dieser Zeit lebensrettend sein.

Bitte spenden auch Sie! Danke!

Österreichischer Herzfonds • A-1090 Wien, Postfach 51 • www.herzfonds.at
Tel: 01/405 91 55 • Mail: office@herzfonds.at • Fotoquelle: © Adobe Stock
IBAN: AT37 6000 0000 9212 2422 • BIC: BAWAATWW • Herzfonds-Report 3/26

www.herzfonds.at

Plötzlicher Herzstillstand – richtig handeln und helfen, Leben zu retten!

Die ersten vier Minuten zählen!

„Bei einem plötzlichen Herzstillstand entscheiden oft die ersten vier Minuten über Leben und Tod. Studien zeigen, dass bis zu 50 % der Betroffenen überleben können, wenn sofort Erste Hilfe geleistet und rasch ein Defibrillator eingesetzt wird. Werden lebensrettende Maßnahmen jedoch zu spät begonnen, versterben rund 80 % der Patient:innen.“

Genau deshalb setzen wir uns mit Überzeugung für die Ausstattung öffentlicher Plätze mit Defibrillatoren ein. Diese Geräte können im Ernstfall den entscheidenden Unterschied machen und Menschen eine zweite Chance schenken. In den vergangenen Jahren haben wir dafür bereits rund 68.000 Euro investiert.

Bitte unterstützen Sie uns auch weiterhin bei dieser wichtigen Aufgabe – denn ein Defibrillator kann Leben retten. Vielleicht eines Tages das eines Angehörigen, eines Freundes oder sogar Ihr eigenes.“



Mit HERZlichen Grüßen

Univ.-Prof. Dr. Kurt Huber

Ehrenamtlicher Präsident
des Österreichischen Herzfonds

Unser Defi-Förderprogramm

In Österreich sterben jährlich mehr als 12.000 Menschen am plötzlichen Herztod. Ein AED kann im Ernstfall Leben retten und die Überlebenschancen deutlich erhöhen.



Deshalb unterstützen wir die Ausstattung öffentlicher Plätze mit Defibrillatoren. Kürzlich durften wir die Gemeinde Dorfbeuern bei der Anschaffung eines Geräts unterstützen.

Was passiert dabei im Körper?



Der plötzliche Herztod wird in den meisten Fällen durch eine schwere Herzrhythmusstörung ausgelöst. Das Herz kann nicht mehr ausreichend pumpen, der Körper wird nicht mehr mit Sauerstoff versorgt und die betroffene Person verliert das Bewusstsein. Schon nach wenigen Minuten kann es zu irreversiblen Schäden des Gehirns kommen. Wird der Person jetzt nicht unverzüglich geholfen, tritt der Tod sehr rasch ein.

Herzstillstand? Was ist zu tun?

Zeigt eine Person keine Reaktion, keine Atmung oder röchelt nur, so handeln Sie schnell und retten Sie damit Leben!

Notruf 144 wählen: Rufen Sie die Rettung und schalten Sie Ihr Handy auf laut, damit der Rettungsdienst Sie weiter anleiten kann.

Starten Sie die Wiederbelebungsmaßnahmen: Legen Sie Ihre Hände übereinander und drücken Sie kräftig und schnell mittig in den Brustkorb: mindestens 100-mal pro Minute bei einer Drucktiefe von etwa 5–6 cm.



Nutzen Sie einen Defi: Wenn Sie Zugang zu einem Defibrillator haben, benützen Sie ihn! **Sie können nichts falsch machen, das Gerät leitet Sie genau an!**

Lernen, wie man richtig hilft!

Erste Hilfe bedeutet, verletzten oder erkrankten Menschen sofort zu helfen, bis professionelle Unterstützung eintrifft. Häufig entscheiden die Maßnahmen von Ersthelfer:innen über den weiteren Verlauf. Darum ist es so wichtig, Erste-Hilfe-Kenntnisse regelmäßig aufzufrischen!

Ihr Beitrag ist uns wichtig!

Bitte unterstützen auch Sie uns, denn ohne Herz geht's nicht!