

## Zurück im Leben – Tag der Reanimation am Kantonsspital Graubünden

**Der erste Tag der Reanimation am Kantonsspital Graubünden war ein Erfolg. Der Begegnungsnachmittag brachte Betroffene, Angehörige und Einsatzkräfte zusammen und legte den Grundstein für eine neue Tradition: Die Reaktionen der Betroffenen zeigten, dass das Sprechen über Reanimation ein Bedürfnis ist – deshalb geht es im nächsten Jahr weiter.**

Am **6. Dezember 2025** fand im Kantonsspital Graubünden (KSGR) der erste Begegnungsnachmittag für Überlebende einer Reanimation statt. Unter dem Motto «Zurück im Leben – Tag der Reanimation» folgten Betroffene, Angehörige, Einsatzkräfte und Interessierte der Einladung.

Der Start war emotional: Zwei Überlebende schilderten ihre Erfahrungen sehr persönlich und berichteten übereinstimmend, wie plötzlich die Erinnerung abbricht und sie nach dem Erwachen ihre Orientierung wiederfinden mussten. Ihre tiefe Dankbarkeit gegenüber den Helferinnen und Helfern war spürbar: Es kam zu Umarmungen und sogar zu Tränen.

Die Reaktionen der Betroffenen im Publikum zeigten, dass viele sich in den Berichten wiederfanden. Alle spürten, wie tief Betroffene und Angehörige auch Monate später noch unter den Eindrücken stehen und wie das Erzählen hilft, die Erlebnisse zu verarbeiten.

### 80 Reanimationen pro Jahr

2024 hat das KSGR rund 80 Reanimationen betreut. Knapp ein Drittel der Betroffenen konnte das Spital in einem guten neurologischen Zustand wieder verlassen. Eindrücklich sind auch diese Zahlen: Bei rund 60 % der Reanimationen im Spital gelingt es, den Kreislauf wieder zu stabilisieren. Ausserhalb des Spitals liegt dieser Wert bei rund 45 %. Übrigens: In der Schweiz werden Reanimationen ausserhalb des Spitals in einer nationalen Datenbank (Interverband für Rettungswesen SWISSRECA) erfasst. 2024 wurden dort rund 7'000 Fälle ausgewertet und publiziert.

### First-Responder und Überlebenskette

Die First-Responder-Organisation der Alpen Rettung hat mit 487 Mitgliedern eine nahezu flächendeckende Präsenz in Graubünden. Das zeigt, wie entscheidend die Überlebenskette ist – vom raschen Notruf über Wiederbelebungsmaßnahmen bis zum Einsatz eines Defibrillators – und wie organisierte Strukturen helfen können, Leben zu retten. Daran anknüpfend gab es einen Ausblick auf notwendige Massnahmen zur Verbesserung der Reanimationschancen (zum Beispiel Basic Life Support für alle) und mögliche Umsetzungen in der Region. Besonders hervorgehoben wurden die Chancen, Reanimation und Erste Hilfe als Schulfach zu etablieren.

Die Teilnehmenden konnten in einer praktischen Übung die grundlegenden Wiederbelebungsmaßnahmen (Basic Life Support) am Reanimationsphantom auffrischen – inklusive Einsatz eines automatisierten externen Defibrillators (AED). Danach berichteten Fachpersonen der Intensivmedizin über die Phase nach der Reanimation sowie über Möglichkeiten, Organfunktion und neurologische Resultate zu verbessern. Gleichzeitig wiesen sie auch auf die Grenzen hin – insbesondere darauf, dass trotz zunächst erfolgreicher Reanimation nicht alle Patientinnen und Patienten überleben. Ergänzend schilderten eine Notärztin und ein Rettungssanitäter ihre persönlichen Erfahrungen während Einsätzen mit Reanimationsdiagnose und teilten die Gedanken, die ihnen dabei durch den Kopf gehen: der Fokus auf den nächsten Handgriff, die Abstimmung im Team, die Suche nach der Ursache – und die Hoffnung, dass der Patient überlebt. Abschliessend berichtete ein Spitalseelsorger und Careteam-Verantwortlicher über seine unterstützende Rolle bei Reanimationen: Da zu sein, wenn plötzlich alles stillsteht – für Angehörige, die erschüttert sind, und für Teams, die nach dem Einsatz einen Moment zum Einordnen brauchen.

### Neues Netzwerk

Der Tag war auch der Startschuss für das Netzwerk «Zurück im Leben». Interessierte konnten sich mit ihren Kontaktdaten eintragen; die Liste wird an jene weitergegeben, die ausdrücklich ihre Bereitschaft zum Austausch signalisiert haben. So bleiben Vernetzung und gegenseitige Unterstützung auch künftig möglich.

Die Organisatoren ziehen ein klares Fazit: *«Die Rückmeldungen waren überwältigend: Alle – insbesondere Betroffene und Angehörige – bezeichneten die Veranstaltung als notwendig und äusserst gelungen. Eine Wiederholung im kommenden Jahr wurde ausdrücklich gewünscht.»*

Somit steht fest: Eine Veranstaltung, die sich bewusst der Zeit nach einer erfolgreichen Reanimation widmet, wird es auch im 2026 geben – und zwar **am 12. Dezember 2026**. Die Organisatoren formulieren folgendes Ziel: *«Wir wollen Betroffenen eine Plattform bieten, die über die bestehenden Rehabilitationsangebote hinaus zur Verbesserung der Lebensqualität beiträgt – und vielleicht langfristig zur Entstehung einer Art Selbsthilfegruppe führt.»*

Dr. J.H. Junge

Stv. CA Anästhesie KSGR, Chur, Schweiz  
Leiter GRIPS (Graubündner Institut für Patientensicherheit und Simulation)  
Präsident Swiss Resuscitation Council SRC