

Wat is reanimatie?

Wanneer uw hart en uw ademhaling stilstaan, kan met reanimatie geprobeerd worden het hart en de ademhaling weer op gang te krijgen. Dit gebeurt door: hartmassage, mond-op-mondbeademing, defibrillatie (het geven van één of meer stroomstoten op de borstkas om het hart weer in het juiste ritme te brengen).

Kan en wil ik gereanimeerd worden?

Zodra u een hartstilstand heeft, is het van belang om snel te kunnen handelen. Het is daarom belangrijk dat familie en hulpverleners van tevoren weten of ze u wel of niet moeten reanimeren. Op tijd nadenken en praten over wel of niet reanimeren is belangrijk.

Slagingskansen van reanimatie

Als u niet gereanimeerd wordt, overlijdt u bij een hartstilstand meestal binnen 10 minuten zonder daarvan iets te merken. Bij een hartstilstand stopt u ook met ademen. Er komt dan geen zuurstof meer in uw hersenen. Na 4 tot 6 minuten zuurstofgebrek raken uw hersencellen beschadigd. Als er niets wordt gedaan, overlijdt u waarschijnlijk binnen 10 minuten na een hartstilstand. Hier vindt u gegevens uit wetenschappelijk onderzoek* onder ouderen:

- Van de 100 mensen die ouder zijn dan 70 jaar en *buiten het ziekenhuis* gereanimeerd worden, blijven er gemiddeld 12 in leven. De andere 88 overlijden.
- Van de 100 mensen die ouder zijn dan 70 jaar en *in het ziekenhuis* gereanimeerd worden, blijven er gemiddeld 19 in leven. De andere 81 overlijden.
- Van de 100 mensen die door reanimatie nog leven, houden er 90 dezelfde gezondheid als voor de hartstilstand of lichte restklachten. Lichte restklachten zijn bijvoorbeeld lichte geheugenproblemen, iets moeilijker kunnen praten en lichte verlamming van een arm of een been. 10 van de 100 mensen houden ernstige restklachten: ernstige geheugen- en spraakproblemen, verlammingen of zelfs coma.
- Door reanimatie kunt u ook problemen krijgen die wel weer herstellen, zoals gebroken ribben of een beschadigde long of maag.
- Als u ouder wordt en/of ernstig ziek, wordt de kans dat u een hartstilstand overleeft steeds kleiner. Voor iemand die jonger of gezonder is, zijn de kansen iets beter.

Wel reanimeren

Wanneer u wel gereanimeerd wilt worden, dan hoeft u niets te doen. Bij een hartstilstand wordt u zo mogelijk gereanimeerd, behalve als de (huis)arts vanwege uw gezondheid verwacht dat er zeer weinig kans is dat u de reanimatie overleeft.

Niet reanimeren

Als u niet gereanimeerd wilt worden, is het goed dit samen met een vertrouwd persoon en uw (huis)arts te bespreken. Uw (huis)arts kan dan in uw medisch dossier opschrijven dat u niet gereanimeerd wilt worden. U kunt daarnaast een niet-reanimerenverklaring opstellen. De (huis)arts geeft uw wens door aan hulpverleners van de huisartsenpost, aan de specialisten die u eventueel behandelen, aan de mensen van de ambulance als u die nodig heeft of aan het ziekenhuis als u daar opgenomen moet worden.

Informeer ook de mensen om u heen (familie, huisgenoten en eventueel burens) dat u een niet-reanimerenverklaring heeft. Leg de verklaring op een plaats waar deze gemakkelijk te vinden is en laat hen zien waar deze ligt of geef ze een kopie. U kunt ook een niet-reanimerenpenning aanschaffen. Wanneer u die zichtbaar draagt, kunnen bijvoorbeeld ambulanceverpleegkundigen zien dat ze u niet moeten reanimeren.

Misschien wilt u helemaal niet kiezen. Dat kan. Is het onbekend of u wel of niet gereanimeerd wilt worden? Dan laat u de keus over aan de hulpverlener die bij u in de buurt is als u een hartstilstand heeft.

Meer informatie over reanimatie vindt u op de website: www.thuisarts.nl

*bron: www.thuisarts.nl/levenseinde/ik-wil-nadenken-over-reanimatie