

# Sie handelte sofort

Tamara Doswald kämpfte in Baar plötzlich um das Leben eines Fremden. Was ihr Einsatz über Zivilcourage verrät.

Felix Ertle

Tamara Doswald ist ein neugieriger Mensch. An einem Septemberabend im vergangenen Jahr blickt die damals 17-jährige, wie so oft, durch die Schaufrenster der Baarer Geschäfte. Sie ist auf dem Heimweg nach einem langen Arbeitstag. Vor einem Coiffeursalon bleibt sie stehen. Drinnen liegt eine Person am Boden, regungslos. Sekunden später kniet Tamara über der leblosen Gestalt. Das Gesicht ist bleich, geht ins Blau über. Kein Atem. Kein Herzschlag. Tamara zögert nicht. Sie ruft die Ambulanz und beginnt zu reanimieren. So, wie sie es tausendmal geübt hat.

Rund 130 Menschen jährlich erleiden im Kanton Zug einen Herzstillstand. Mit jeder Minute, die vergeht, sinkt deren Überlebenschance um zehn Prozent. So steht es auf der Webseite des Kantons. Für Tamara Doswald ist das keine neue Information. Die heute 18-jährige Neuheimerin macht eine Ausbildung zur Fachfrau Gesundheit. Ein Kindheitstraum. Schon früh war sie begeisterte «Familien-Notärztin». «Ich habe die Schürffungen meiner Brüder immer selbst verarztet. Ohne Wunddesinfektion durften sie nicht mehr raus», erzählt sie und muss grinsen.

## Plötzlich zählt jede Sekunde

Tamara führt ihr medizinisches Interesse auf ihre Familie zurück. «Meine Nonna war auch in der Pflege. Vielleicht habe ich es im Blut.» Ihre Mutter arbeitet bei Samariter Schweiz, einer Organisation, die Erste-Hilfe-Kurse anbietet und Sanitätsdienste leistet. Tamara selbst engagiert sich dort, seit sie acht Jahre alt ist. Als Jugendleiterin zeigt sie Kindern, wie man Pflaster klebt, die stabile Seitenlage macht und



Tamara Doswald wurde die Carnegie-Medaille für Zivilcourage verliehen. Bild: Matthias Jurt (Baar, 3. 6. 2025)

bei Herzstillstand richtig handelt. Erste Hilfe, sagt sie, ist eine Frage des Allgemeinwissens und des Hinschauens.

Einen Grundsatz aus ihrer Ausbildung hat Tamara längst verinnerlicht: «Nur wenn man nichts macht, macht man etwas falsch.» So auch in jenem Coiffeursalon, in dem sie zum ersten Mal ein Leben rettete. Tamara erinnert sich genau an den Moment, in dem der Körper unter ihren Händen nicht mehr aus Plastik bestand, wie bei den Übungen, sondern aus Haut, Knochen, Leben. «Ich bin einfach in den Autopiloten gefallen», sagt sie. Dreissig Mal drücken, zweimal beatmen. Wie oft, weiss sie nicht mehr. Nach

15 Minuten traf die Ambulanz ein. Die Person überlebte.

Für ihr Handeln wurde Tamara Doswald im Mai mit der Carnegie-Medaille für Zivilcourage ausgezeichnet. Für den Laudator Andreas Stettbacher, Delegierter des Bundesrates für den Sanitätsdienst, ist Tamara ein Beispiel für Mut, Mitmenschlichkeit und Verantwortung, selbst in den schwierigsten Momenten. Doswald sagt: «Ich habe einfach reagiert, weil ich wusste, wie es geht.»

Ob die Person im Baarer Coiffeursalon auch ohne ihr Vorwissen überlebt hätte, weiss Tamara nicht. «Ich glaube, es macht einen Unterschied, ob man regelmässig übt oder alle

zehn Jahre einen dreistündigen Kurs besucht, wenn überhaupt.» Sie wünscht sich, dass mehr Menschen Erste Hilfe lernen oder auffrischen. Wie viele Menschen im Kanton Zug reanimiert werden? «Zu wenige», ist sie sich sicher.

## Was Zug vom Tessin lernen kann

Doch das könnte sich bald ändern. Ab Juni 2025 führt der Kanton ein eigenes First-Responder-System ein. Alarmiert wird künftig über eine App, wer nachweislich schneller als der Rettungsdienst am Einsatzort ist. Voraussetzung ist ein gültiger BLS-AED-Ausweis, ein Einführungskurs und die Bereitschaft,

## Bei einem Herzstillstand: Defibrillatoren im Einsatz

Ein Defibrillator, kurz Defi, ist ein medizinisches Gerät, das bei einem Herzstillstand zum Einsatz kommt. Er erkennt lebensbedrohliche Herzrhythmusstörungen wie Kammerflimmern und kann diese durch einen Elektroschock unterbrechen. Automatisierte externe Defibrillatoren (AED) sind speziell für Laien entwickelt. Sie geben klare Sprachanweisungen, führen Schritt für Schritt durch die Anwendung und lösen den Schock nur aus, wenn er medizinisch notwendig ist. Im Kanton Zug stehen die Geräte flächendeckend zur Verfügung. Zu finden sind sie auf der interaktiven Plattform [www.defikarte.ch](http://www.defikarte.ch). (fee)

im Ernstfall zu handeln. Versicherung, Schulung und Material übernimmt grösstenteils der Kanton. Für Tamara Doswald ist das ein überfälliger Schritt. Sie zieht den Vergleich zur italienischsprachigen Schweiz: «Wenn du im Tessin einen Herzstillstand hast, hast du schweizweit seit Jahren die beste Überlebenschance. Weil es dort am meisten ausgebildete First Responder gibt.» Viele davon seien sogar mit einem eigenen Defibrillator unterwegs.

Rückblickend ist Tamara gerührt: vom Zuspruch ihrer Mutter, von der Dankbarkeit der Rettungskräfte. Und nicht zuletzt von der geretteten Person, die ihr später persönlich dankte und sie zum Essen einlud. Als es darauf ankam, handelte Tamara reflexartig. Heute weiss sie: Zivilcourage beginnt nicht erst im Notfall. Sie beginnt mit Hin hören, mit Vorbereiten. Und manchmal mit einem Blick durch ein Schaufenster.