



Herzens angelegenheit



**Betreuungsprogramm
für Patienten mit
chronischer Herzschwäche**

Was benötigen Sie zur Selbstüberwachung?

- Blutdruckgerät (Sanitätsfachgeschäft, bzw. Liste empfohlener Geräte unter www.hochdruckliga.de)
- Personenwaage
- Bereitschaft, sich telefonisch kontaktieren zu lassen

Was Sie tun können?

- Selbstkontrolle des Blutdrucks morgens und abends
Manschette auf Herzhöhe
Zur Ruhe kommen vor dem Messen
- Gewicht kontrollieren unter gleichen Bedingungen (z.B. morgens im Pyjama)
- Gesunde Ernährung
- Verzicht auf Nikotin und übermäßigen Alkoholkonsum
- Stressreduktion
- Körperliche Aktivität / Bewegung / Kontrolliertes Ausdauertraining (Herzsport, Sportgruppe, Fahrradfahren, Walken, Schwimmen)



Haben Sie Fragen? Wir informieren Sie gern.
Bitte nehmen Sie mit uns Kontakt auf:

Medizinische Klinik I Kardiologie

Chefarzt Prof. Dr. med. Florian Krötz
Ltd. OA Dr. med. Ludwig Zwermann
Dr. med. Markus Beer
Dr. med. Georg von Bodman
Dr. med. Tobias von Lukowicz
Dr. med. Sebastian Seiler
Dr. med. Martin Zechmeister
Sekretariat T 08151 18-2535

Herzinsuffizienzschwester:
Heike Kästner
T 08151 18-2412
heike.kaestner@klinikum-starnberg.de

Klinikum Starnberg

Oßwaldstraße 1 | 82319 Starnberg
T 08151 18-0 | F 08151 18-2222
www.klinikum-starnberg.de



Mehr
Sicherheit für
Ihr Herz



Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

wir freuen uns über Ihr Interesse an unserem strukturierten Betreuungsprogramm für Patienten mit chronischer Herzmuskelschwäche.

Zu den häufigsten Ursachen einer Herzschwäche zählen

- _ Koronare Herzkrankheit (KHK)
- _ Bluthochdruck
- _ Herzmuskelentzündung (Myokarditis)
- _ Herzklappenfehler
- _ Genetische Ursachen

Die häufigsten Begleiterkrankungen bei Herzinsuffizienz

- _ Hoher Blutdruck (66 %)
- _ Chronische Niereninsuffizienz (50 %)
- _ Diabetes (32 %)

Was sind die häufigsten Symptome der Herzschwäche?

- _ Atemnot
- _ Beinödeme (Wasser in den Beinen)
- _ Müdigkeit
- _ Leistungsvermögen eingeschränkt
- _ Appetitlosigkeit
- _ Gewichtszunahme/-verlust

Was sind die Ziele eines strukturierten Betreuungsprogramms?

Die Behandlung der chronischen Herzinsuffizienz zielt darauf ab, für Sie relevante Punkte zu verbessern:

- _ Die Rate schwerwiegender Krankheitsereignisse zu senken
- _ Die Sterblichkeit der Patienten zu verringern
- _ Das Fortschreiten der Erkrankung zu bremsen
- _ Die Symptome zu mildern und Ihre Lebensqualität und soziale Teilhabe zu verbessern bzw. zu erhalten
- _ Ihre körperliche Belastungsfähigkeit zu verbessern
- _ Nachteilige Effekte auf die Entstehung bzw. den Verlauf von Komorbiditäten zu vermeiden oder zu verringern

Was beinhaltet das Programm?

- _ Zusätzliche Betreuung und Schulung durch ausgebildetes Assistenzpersonal, erst persönlich, dann über regelmäßigen telefonischen Kontakt (Dauer je nach Symptomverlauf)
- _ Sie bleiben bei Ihren Ärzten in Behandlung, es ändern sich keine Zuständigkeiten
- _ Für Sie entstehen keine zusätzlichen Kosten für diesen Service
- _ Unterstützung des sozialen Umfeldes (Selbsthilfegruppen, Sozialdienste)
- _ Unterstützung bei Organisation von Arztterminen bei Verdacht auf sich verschlechternde Herzinsuffizienz

Weiterführende Informationen

- _ <https://herzstiftung.de>
- _ www.hochdruckliga.de
- _ www.heartfailurematters.org