

Mein Wegweiser Herzinsuffizienz



Helios Universitätsklinikum Wuppertal



Helios Universitätsklinikum Wuppertal Herzzentrum

Herzinsuffizienz-Station E1-1

Zertifizierte Heart-Failure-Unit nach den Kriterien
der deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK)

Ihr Kontakt zu uns bei Fragen oder Unsicherheiten:

24-Stunden-Hotline der HFU

Telefon: (0202) 896-5737



Meine persönlichen Angaben

Name, Vorname:

Adresse:

Telefon:

Behandelnder Kardiologe:

Behandelnder Hausarzt:

Wichtige Kontakte:

Diagnose am Herzen:

Begleiterkrankungen:

Implantierte Geräte, z.B. ein Schrittmacher:



Herzinsuffizienz – was ist das?

Bei einer Herzinsuffizienz ist das Herz in seiner Leistung so vermindert, dass nicht genügend Blut, Sauerstoff und dadurch Nährstoffe durch den Körper transportiert werden können.

Die Herzinsuffizienz ist keine eigenständige Erkrankung, sondern ein klinisches Syndrom aus typischen Symptomen wie Luftnot, Wassereinlagerung und Schwäche.

Meistens beginnt es mit der Leistungsabnahme bei gewöhnlicher körperlicher Belastung, die zu Müdigkeit, Herzklopfen und Luftnot führt.

Die häufigste Ursache für eine Herzinsuffizienz ist die koronare Herzkrankheit und der erhöhte Blutdruck.

Die wichtigsten Herzmedikamente

Betarezeptorenblocker:

- Metoprolol
- Bisoprolol
- Carvedilol
- Nebivolol

Wirkung

- Erleichterung der Herzarbeit durch Entlastung
- Die Herzfrequenz wird verringert
- Der Blutdruck wird gesenkt

ACE-Hemmer:

- Ramipril
- Lisinopril
- Enalapril

Wirkung

- Erleichterung der Herzarbeit durch Entlastung
- Der Blutdruck wird gesenkt

Angiotensin-II-Rezeptoren-Antagonisten:

- Losartan
- Valsartan
- Candesartan
- Telmisartan

Wirkung

- Ähnliche Wirkweise wie bei dem ACE-Hemmer
- Wird gegeben, wenn eine ACE-Hemmer-Unverträglichkeit vorliegt

Schleifendiuretika:

- Furosemid
- Torasemid

Wirkung Diuretika

- Sind harntreibend und sorgen für eine verstärkte Ausscheidung

Thiaziddiuretika:

- Hydrochlorothiazid

- Der Blutdruck wird gesenkt

Aldosteron-Antagonisten:

- Spironolacton
- Eplerenon

Wirkung

- Sind harntreibend und sorgen für eine verstärkte Ausscheidung
- Der Blutdruck wird gesenkt
- Weniger Kalium-Verlust

Digitalisglykoside:

- Digitoxin
- Digoxin

Wirkung

- Herzstärkung

Angiotensin-Rezeptoren-Neprilysin-Inhibitoren

- Valsartan Sacubityl

Wirkung

- Kombination Valsartan plus Gefäßerweiterung

Medikamentenplan

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen



Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Datum:

Medikamente	morgens	mittags	abends	zur Nacht	eingegenommen

Empfehlungen

Medikamententherapie

- Setzen Sie sich mit Ihren Medikamenten auseinander, so dass Sie die Wirkung und die Nebenwirkungen kennen.
- Ihre Medikamente sind wichtig, um Ihren Gesundheitszustand zu verbessern oder zu unterstützen.
- Denken Sie daran, Ihre Medikamente regelmäßig und nach Plan zu nehmen, als Unterstützung können Sie sich z.B. einen Wecker stellen.
- Bei Nebenwirkungen die Medikamente bitte nicht absetzen, sondern Ihren Arzt informieren.
- Informieren Sie auch Ihre Angehörigen über Ihre Medikamenteneinnahme, damit sie Sie unterstützen können, wenn es gewünscht ist.

Ernährung

- Achten Sie auf abwechslungsreiche und gesunde Ernährung
- Viel Obst und Gemüse
- Salzarm essen
- Einhalten der vorgegebenen Trinkmenge!



Körperliche Aktivität

Machen Sie regelmäßig z.B.:

- Spaziergänge
- leichte Kraft- und Koordinationsübungen
- Schwimmen
- Rad fahren
- Sportgruppen für Herzpatienten

Klären Sie mit Ihrem behandelnden Arzt ab, welche Sportarten in Ihrem Fall angemessen sind und wie ausgiebig Sie trainieren dürfen!

Kein Leistungssport!

Reisen und Freizeit

- Reisen an den körperlichen Zustand anpassen
- immer die Krankheitsunterlagen mitführen
- ausreichend Medikamente mitnehmen

Selbstkontrolle

Trinkmenge

Achten Sie auf die Einhaltung Ihrer Trinkmenge!

- Suppen, Kaffee und Säfte werden ebenfalls mit eingerechnet.
- Die Trinkmenge wird vom Sie behandelnden Arzt für Sie festgelegt.

Körpergewicht

Bitte wiegen Sie sich täglich!

- direkt nach dem Aufstehen
- nüchtern und nach dem ersten Wasserlassen
- ohne Schuhe, leicht bekleidet

Bei plötzlicher Gewichtszunahme oder stetiger Zunahme informieren Sie Ihren behandelnden Arzt oder die Sie betreuende Pflegekraft der Herzinsuffizienz-Station.

Festgelegte Trinkmenge:

Startgewicht:



Blutdruck

Täglich den Blutdruck messen!

- stets zum gleichen Tageszeitpunkt
- in Ruhe messen
- auf die richtige Anwendung achten

Puls

Täglich den Puls messen!

Setzen Sie sich mit uns in Verbindung, wenn

- Ihr Puls unter 50 Schlägen oder
- über 90 Schlägen pro Minute ist und dies nicht vorher bekannt ist oder
- Sie Symptome wie z.B. Schwindel oder Unwohlsein haben

Wochenplan:

Wochentag	Datum	Blutdruck	Puls	Gewicht	Besonderheiten
Montag					
Dienstag					
Mittwoch					
Donnerstag					
Freitag					
Samstag					
Sonntag					

Wochentag	Datum	Blutdruck	Puls	Gewicht	Besonderheiten
Montag					
Dienstag					
Mittwoch					
Donnerstag					
Freitag					
Samstag					
Sonntag					

Wochentag	Datum	Blutdruck	Puls	Gewicht	Besonderheiten
Montag					
Dienstag					
Mittwoch					
Donnerstag					
Freitag					
Samstag					
Sonntag					

Wochentag	Datum	Blutdruck	Puls	Gewicht	Besonderheiten
Montag					
Dienstag					
Mittwoch					
Donnerstag					
Freitag					
Samstag					
Sonntag					

Ihre Ansprechpartner am Helios Herzzentrum Wuppertal



Dr. med. Judith Wolfertz
Oberärztin
Kardiologie/Intensiv
Heart Failure Unit



Tanja Steinbrink
Bereichsleitung Pflege
Heart Failure Unit



Dr. med. Witaly Pomjanski
Facharzt
Kardiologie/Intensiv
Heart Failure Unit



Janine Brinkmann
Stationsleitung
E1-1 Intensiv,
Intermediate Care
und Heart Failure Unit



Helios Universitätsklinikum Wuppertal

Helios Herzzentrum Wuppertal
Herzinsuffizienz-Station / Heart Failure Unit (HFU)
Arrenberger Straße 20 | 42117 Wuppertal
Zentrale: Telefon (0202) 896-0

**Herzinsuffizienz-Hotline (24-Stunden):
Telefon (0202) 896-5737**

hfu.wuppertal@helios-gesundheit.de
www.helios-gesundheit.de/wuppertal

IMPRESSUM

Verleger: Helios Klinikum Wuppertal GmbH | Heusnerstraße 40 | 42283 Wuppertal
Druckerei: print24 | Friedrich-List-Straße 3 | 01445 Radebeul
Fotos: Helios | Fotolia