



Willkommen zur Patientenschulung DMP Herzinsuffizienz

Überblick zur Schulung

Herzinsuffizienz

Modul 1 **Was ist das und wie kann es behandelt werden?**

Modul 2 Was kann ich selbst tun?

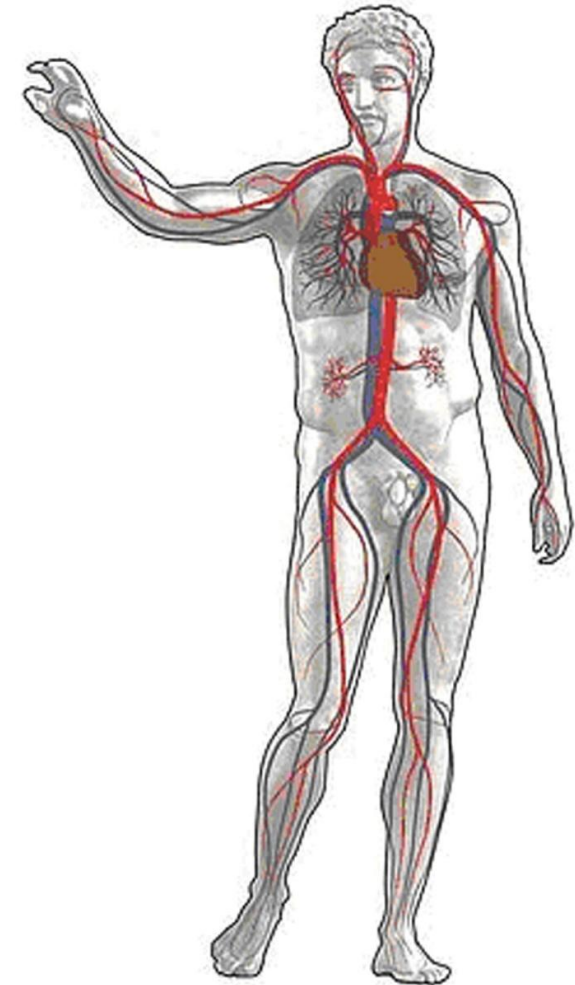
Modul 3 Wie kann Bewegung helfen?

Modul 4 Was ändert sich im Alltag?

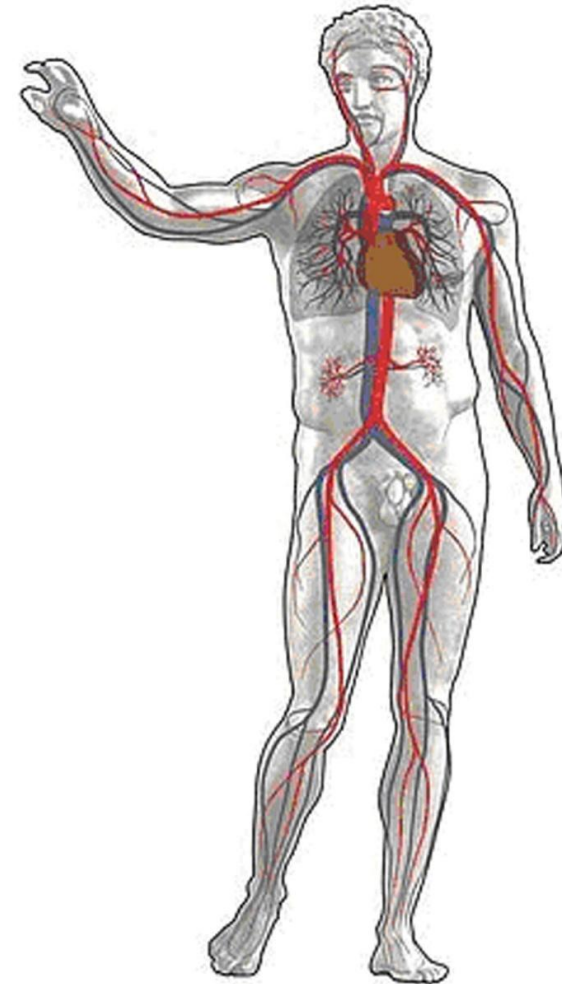
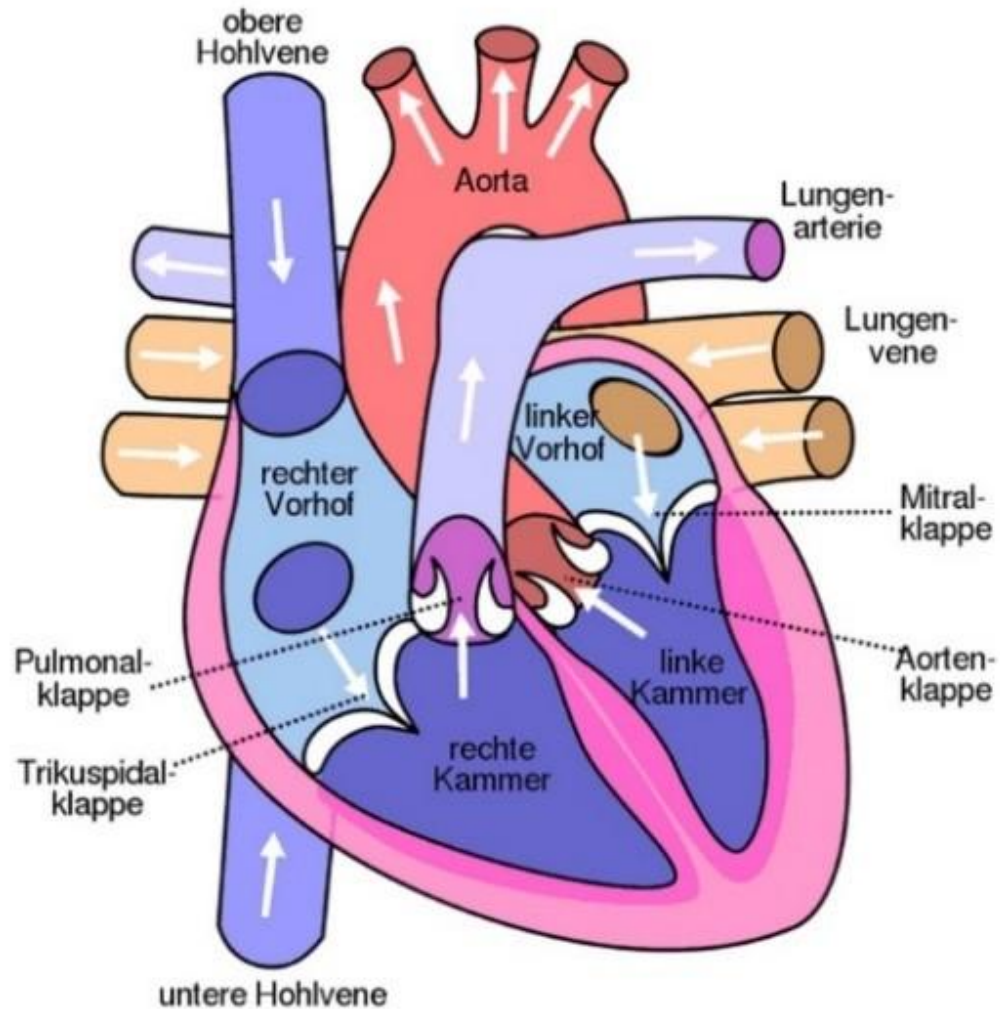
Modul 5 Wie können Medikamente mir helfen?

Was ist Herzinsuffizienz?

- Eingeschränkte körperliche Belastbarkeit aufgrund einer nachweisbaren Funktionsstörung des Herzens (WHO)
- Folge:
Das Herz kann sich selbst, die anderen Organe und die Muskulatur nicht ausreichend mit Blut, Sauerstoff und Nährstoffen versorgen.



Herz-Kreislauf-System



Symptome der Herzinsuffizienz

Verminderte Durchblutung

- Müdigkeit
- Abgeschlagenheit
- Schwindel
- Konzentrationsprobleme
- niedriger Blutdruck
- kalte, bläuliche Finger, Zehen und Lippen
- niedrige Urinmenge

Wassereinlagerungen

- Kurzatmigkeit, Atemnot
- Husten, pfeifende Atmung
- Gewichtszunahme
- geschwollene Knöchel
- häufiges nächtliches Wasserlassen
- Schmerzen im Oberbauch, Völlegefühl, Appetitlosigkeit

Untersuchungsmethoden

- Arztgespräch, körperliche Untersuchung, Laborwerte
- Messung von Blutdruck und Puls
- Röntgen des Brustkorbs*
- Echokardiogramm: Ultraschalluntersuchung des Herzens*
- Auswurfraction / Ejektionsfraction (EF) in %

* nur bei Bedarf

Ejektionsfraction - EF-Wert



ab 50 %	erhalten
49 – 41 %	leicht reduziert
40 % und weniger	reduziert

Ursachen der Herzinsuffizienz

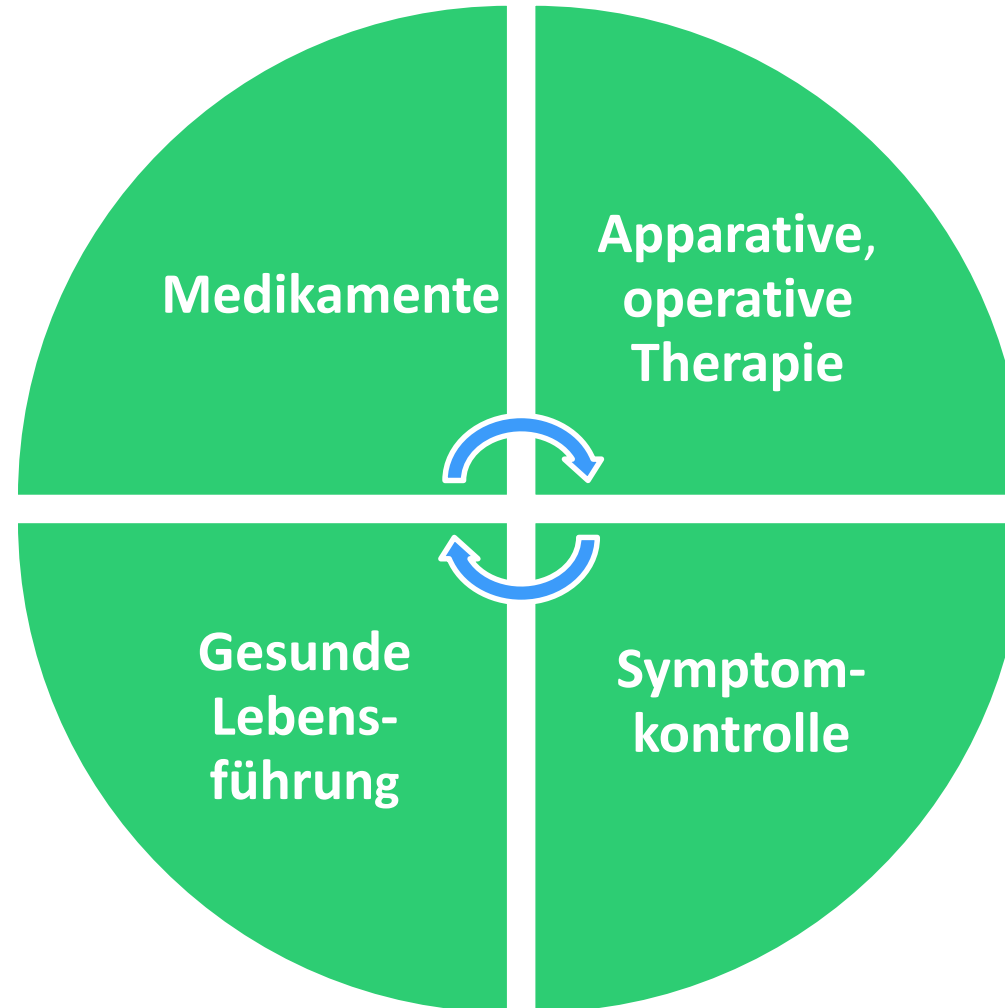
Häufigste Ursachen

- Durchblutungsstörung des Herzens
(Koronare Herzkrankheit / KHK, Herzinfarkt)
- Bluthochdruck

Weitere

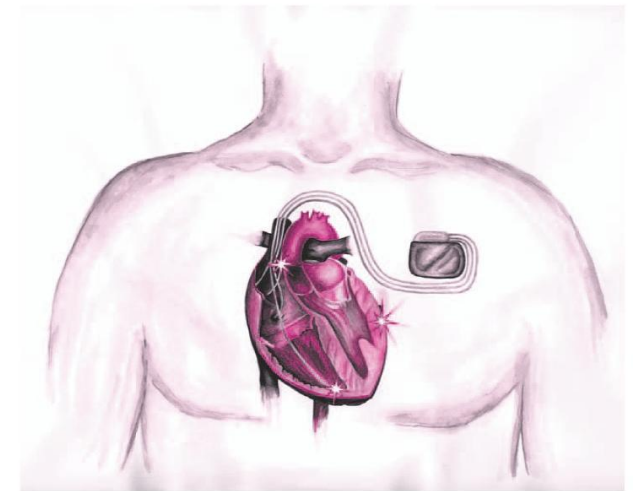
- angeborene Herzmuskelerkrankungen (Kardiomyopathie)
- Entzündungen des Herzmuskels (Myokarditis)
- Herzklappenerkrankungen
- Herzrhythmusstörungen
- Einflüsse durch Zellgifte (z. B. Alkohol)

Welche Behandlungsbausteine gibt es?



Apparative Therapie

- Implantierbarer Cardioverter Defibrillator (ICD bzw. Defi)
- Herzschrittmacher
 - Cardiale Resynchronisations-Therapie (CRT)



© Dr. Schubmann



Medikamente

Warum sind Medikamente so wichtig?

- können das Leben verlängern
- vermeiden Notfälle und Krankenhausaufenthalte
- stärken und entlasten das Herz
- lindern Symptome
- verbessern Leistungsfähigkeit und Lebensqualität

Zu beachten ist:

- Kombination mehrerer Medikamente notwendig
- müssen ein Leben lang eingenommen werden



Wichtige Medikamente

Medikamentengruppe	Wirkung
ACE-Hemmer („-pril“), AT-Blocker, ARNI („-sartan“)	Entlastung des Herzens, Entspannung und Erweiterung der Gefäße, Gefäßschutz, Blutdrucksenkung
Beta-Rezeptorenblocker („-olol“)	Senkung von Puls und Blutdruck, Schutz vor Herzrhythmusstörungen
Aldosteron-Hemmer, MRA („-on“)	verringert die Bildung von Bindegewebe am Herzen; zusätzlich, wenn trotz optimaler Therapie mit ACE-Hemmern (ggf. ARB) und Betablockern die LVEF ≤ 30 % ist
SGLT2-Hemmer (Dapagliflozin, Empagliflozin)	blutzuckersenkendes Medikament (unabhängig von vorliegendem Diabetes), Schutz des Herzens
Diuretika (häufig: „-id“)	Entwässerungsmedikament, harntreibend



Welche Medikamente nehmen Sie ein?

Name	Einnahmezeit und Dosis	Ziel-dosis*	Notizen
Betablocker („-olol“)	Senkung von Puls und Blutdruck, Schutz vor Herzrhythmusstörungen		
<i>Metoprolol</i>	☒ morgens: 50 mg ☐ mittags: ☒ abends: 50 mg		Zu den Mahlzeiten mit Flüssigkeit

Name	Einnahmezeit und Dosis	Ziel-dosis*	Notizen
ACE-Hemmer („-pril“)/ AT-Blocker („-sartan“), ARNI	Entspannung und Erweiterung der Gefäße, Entlastung des Herzens		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		
Betablocker („-olol“)	Senkung von Puls und Blutdruck, Schutz vor Herzrhythmusstörungen		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		
Aldosteron-Hemmer, MRA („-on“)	verringert Bildung von Bindegewebe am Herzen		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		

* Zieldosis: gemeinsam mit dem behandelnden Arzt auszufüllen

Name	Einnahmezeit und Dosis	Ziel-dosis*	Notizen
SGLT2-Hemmer (-pagliflozin)	Blutzuckersenkend, harntreibend, Schutz des Herzens		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		
Diuretika (häufig: „-id“)	Entwässerungs-Medikamente, harntreibend, Linderung von Symptomen wie Schwellungen und Kurzatmigkeit		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		
Weitere Medikamente			
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		
	☐ morgens: ☐ mittags: ☐ abends:		

* Zieldosis: gemeinsam mit dem behandelnden Arzt auszufüllen

Herztagebuch
S. 9 – 11



Überblick zur Schulung

Herzinsuffizienz

Modul 1 **Was ist das und wie kann es behandelt werden?**

Modul 2 Was kann ich selbst tun?

Modul 3 Wie kann Bewegung helfen?

Modul 4 Was ändert sich im Alltag?

Modul 5 Wie können Medikamente mir helfen?