



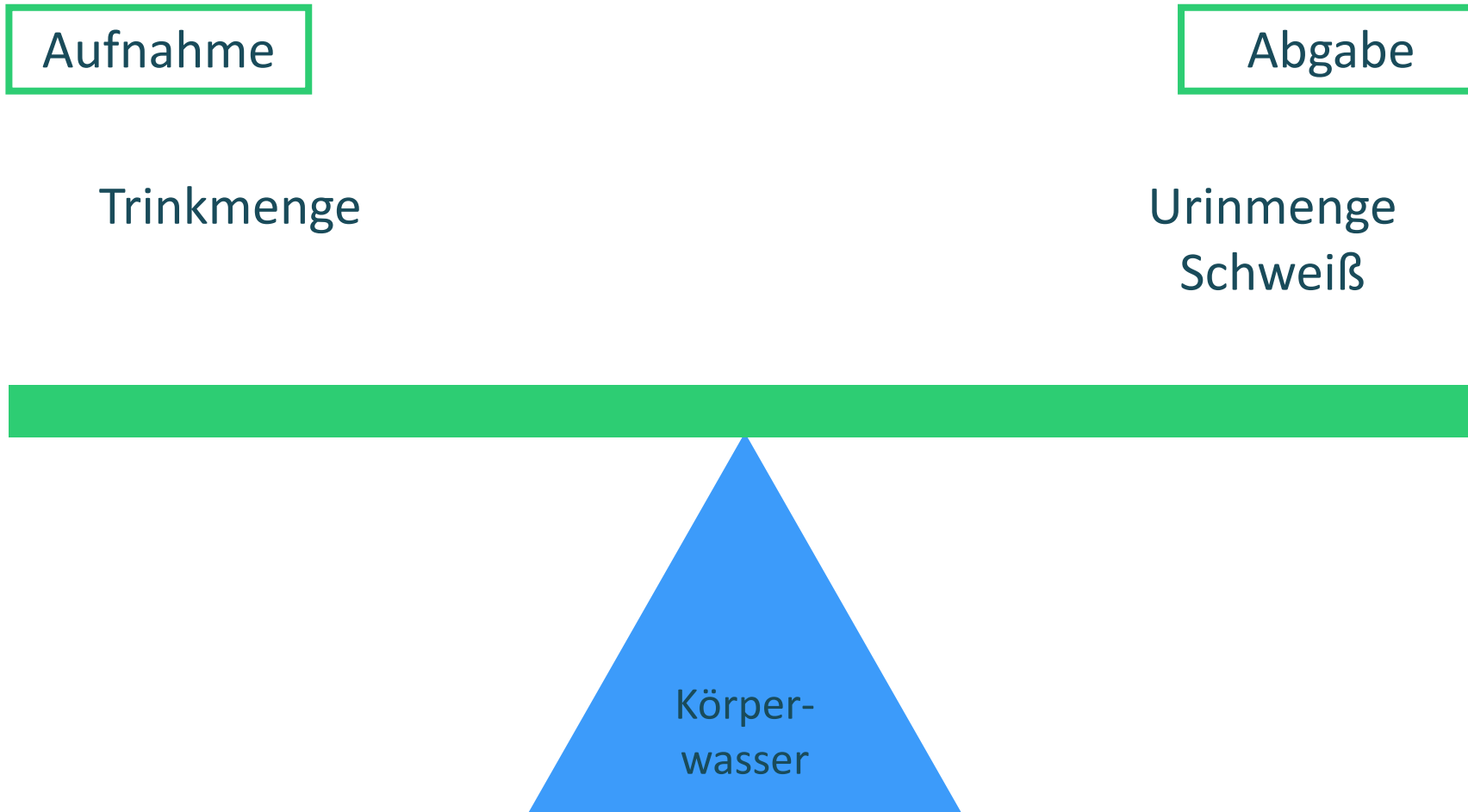
Willkommen zur Patientenschulung DMP Herzinsuffizienz

Überblick zur Schulung

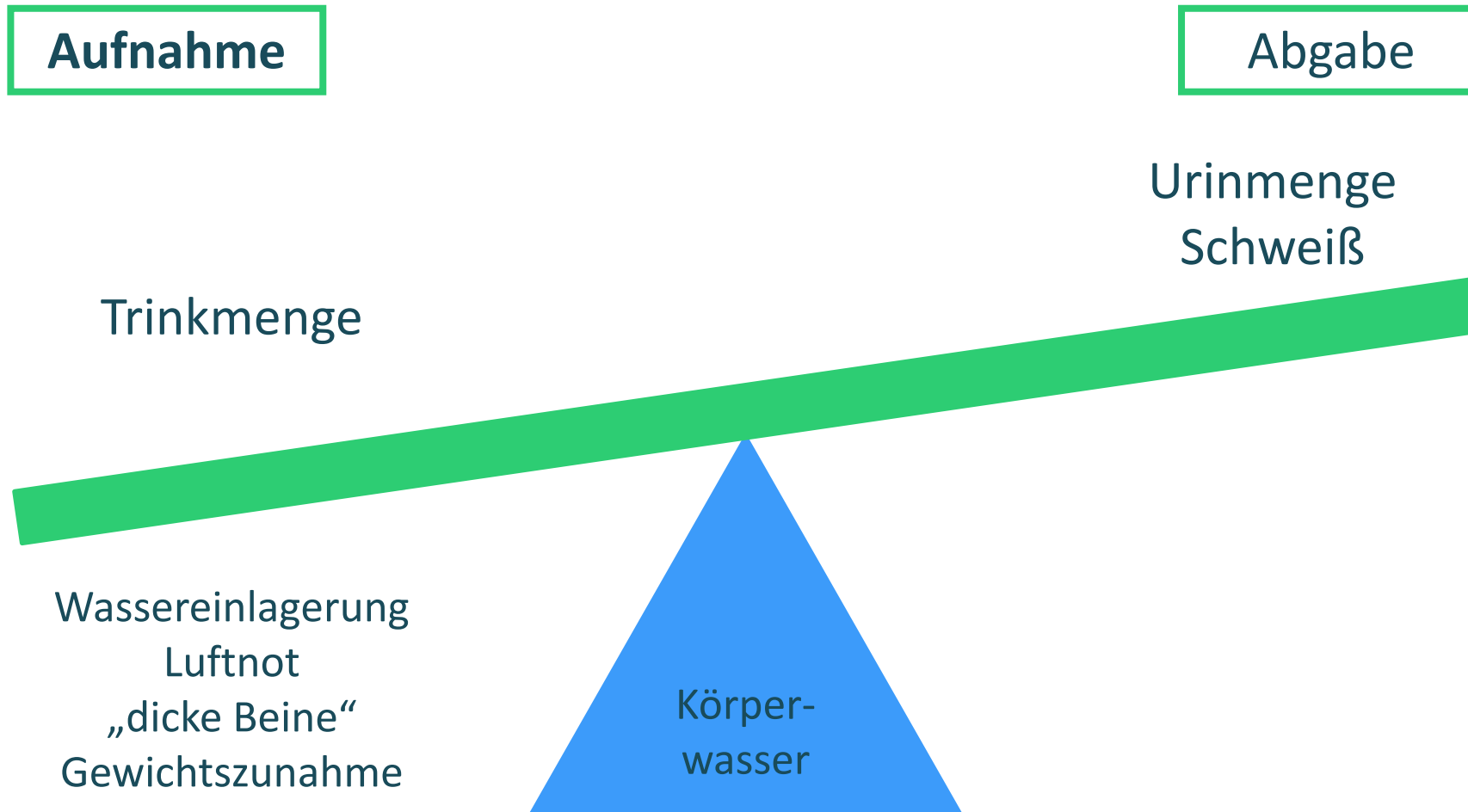
Herzinsuffizienz

- | | |
|----------------|---|
| 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? |

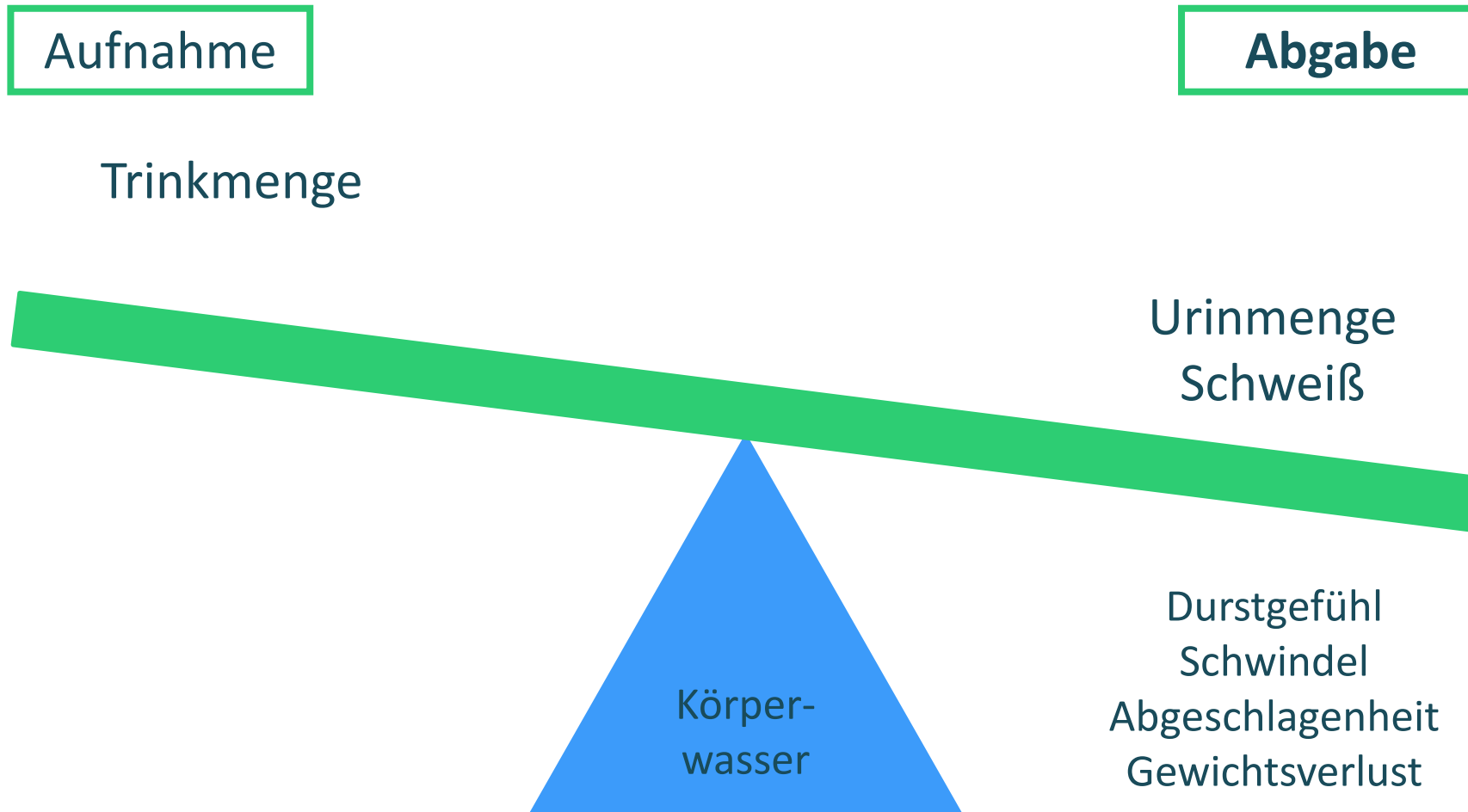
Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten



Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten



Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten



Wie ist Ihre Trinkmenge?



Morgens (zum Frühstück)	_____ Liter
Vormittags	_____ Liter
Mittags (zum Mittagessen)	_____ Liter
Nachmittags	_____ Liter
Abends (zum Abendessen)	_____ Liter
Nachts	_____ Liter
Gesamtmenge am Tag	_____ Liter



Teilnehmerheft
S. 21



Auf wie viele Liter sind Sie beim Zusammenrechnen gekommen? Passt das zu Ihrer empfohlenen Trinkmenge?

Was sind Anzeichen für Wassereinlagerungen?



Weitere Warnzeichen

- deutliche Schwankungen von Blutdruck und Puls, Herzrasen, Herzstolpern oder sehr niedriger Puls
- Schwindel, Benommenheit
- Appetitverlust, Übelkeit
- zunehmende Abgeschlagenheit, Müdigkeit
- anhaltender Brustschmerz
- heftiges Druck- / Engegefühl im Herzbereich
- schwere und anhaltende Kurzatmigkeit, akute Atemnot
- plötzliche Übelkeit, starke Schmerzen im Oberbauch
- Ohnmachtsanfälle



Gewichts-, Puls- und Blutdruckprotokoll



Mein Herztagebuch für den Monat August im Jahr 2025

Normales Gewicht: 81 kg

Empfohlene Trinkmenge: bis 2 l

Herztagebuch
ab S. 12



Datum	Tag	Gewicht	Blutdruck		Puls/ Minute	Ich fühle mich...	Trinkmenge / Sonstiges / Auffälligkeiten
			oberer	unterer			
1	Mo	81,3	118	83	63	😊 ☹ ☹	etwa 1,6
2	Di	82,4	115	81	58	😊 😐 ☹	wenig Urin
3						😊 😐 ☹	

Richtwerte:

max. 1 kg/Tag
Zunahme

140 zu 90
oder niedriger

50 - 80

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? |