



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?

Emotionale Belastung

Depression



- gedrückte / traurige Stimmung, Reizbarkeit
- Interessenverlust oder Freudlosigkeit
- verminderter Antrieb / gesteigerte Ermüdbarkeit
- Selbstvorwürfe, verringertes Selbstwertgefühl
- gestörte Konzentrationsfähigkeit
- Schlafstörungen, veränderter Appetit
- bei Männern häufig auch unspezifische Symptome, z. B. Gereiztheit

Emotionale Belastung

starke, übermäßige
Angst



- körperliche Symptome
 - ständige Nervosität
 - Zittern
 - Muskelspannung
 - Schwitzen
 - Benommenheit
 - Herzklopfen
 - Schwindelgefühle
- Vermeidung angst-auslösender Situationen
- Erwartungsangst

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?