



# 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?

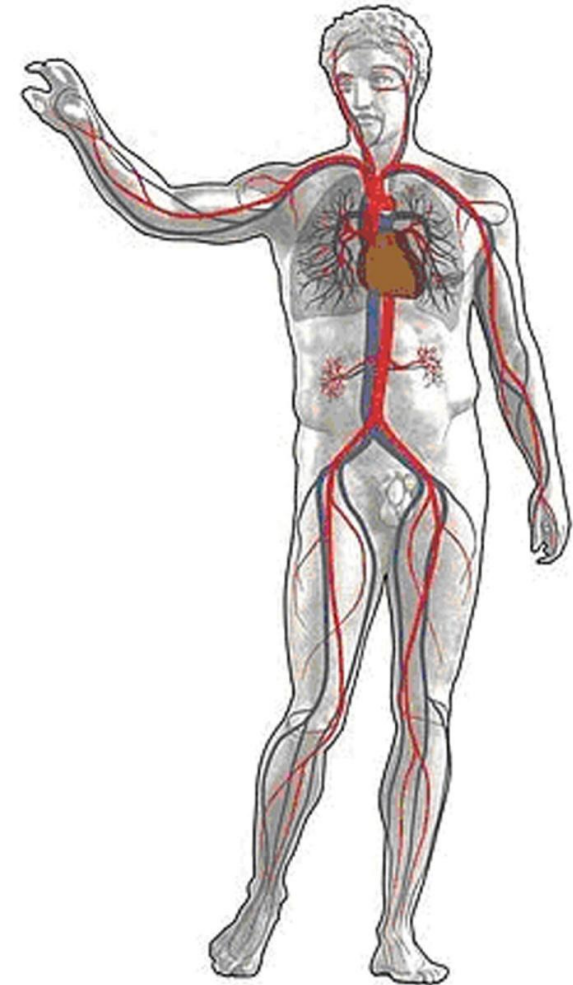
Modul 3      Wie kann Bewegung helfen?

Modul 4      Was ändert sich im Alltag?

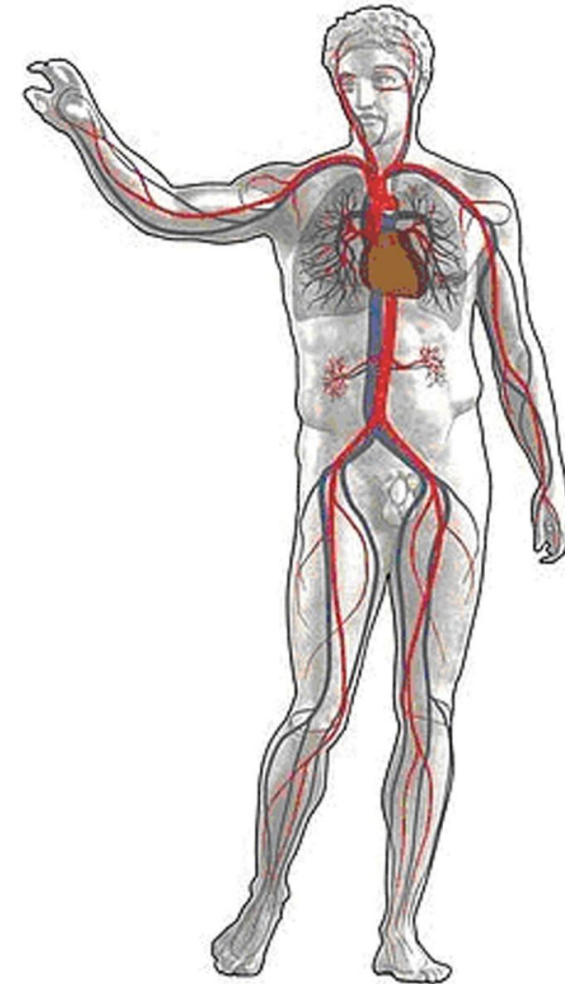
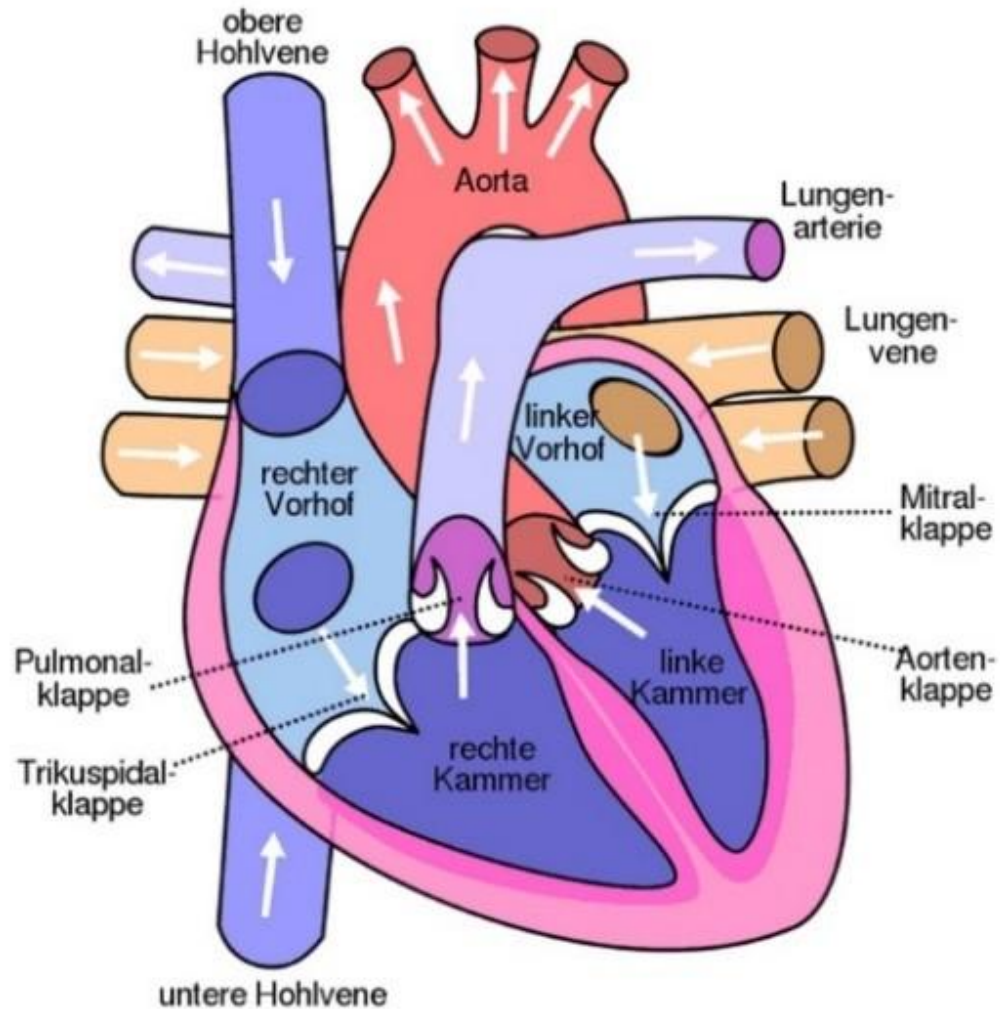
Modul 5      Wie können Medikamente mir helfen?

# 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\*
- Auswurf fraktion / Ejektionsfraktion (EF) in %

\* nur bei Bedarf

## Ejektionsfraktion - EF-Wert



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

# Ursachen der Herzinsuffizienz

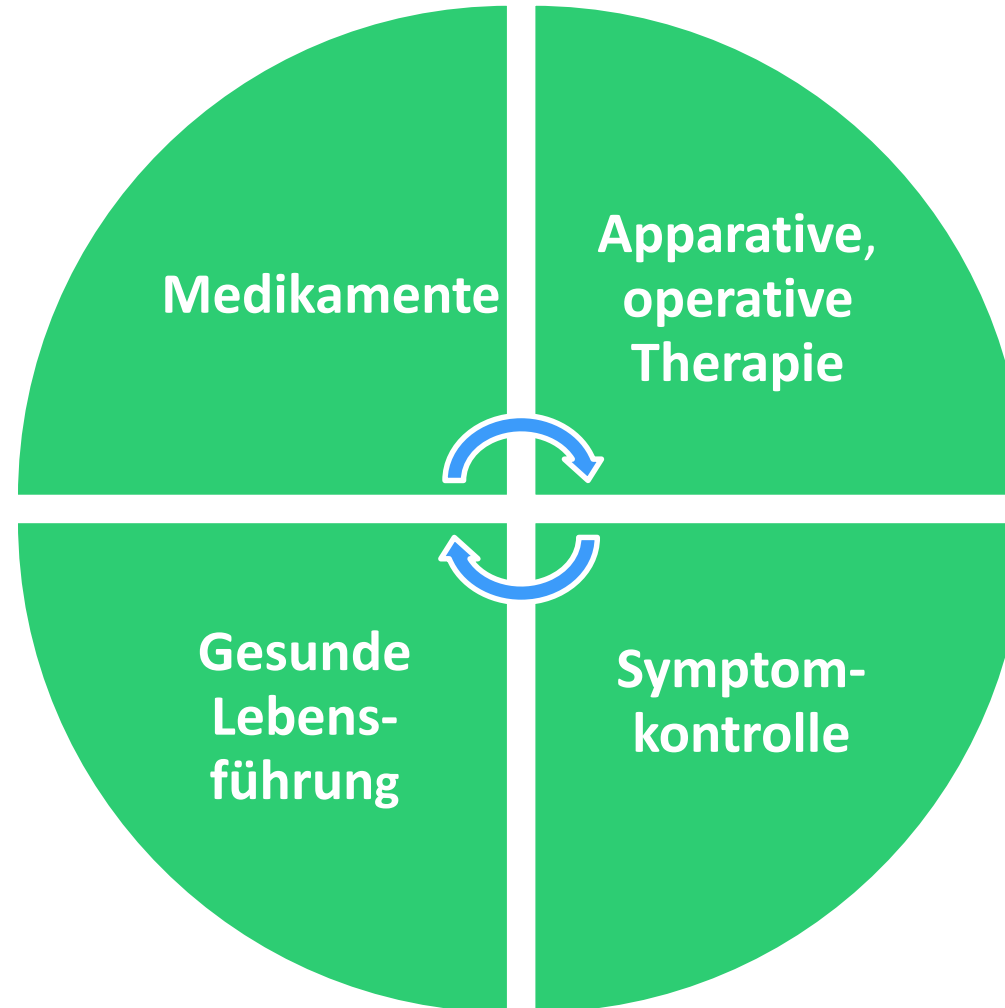
## Häufigste Ursachen

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

## Weitere

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

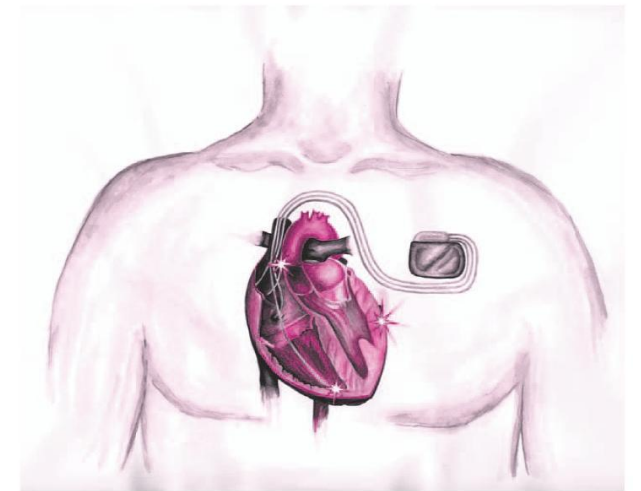
# Welche Behandlungsbausteine gibt es?



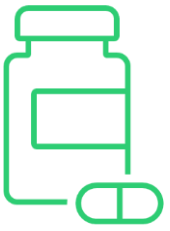


# Apparative Therapie

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



# Welche Medikamente nehmen Sie ein?

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

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

\* Zieldosis: gemeinsam mit dem behandelnden Arzt auszufüllen

Name	Einnahmezeit und Dosis	Ziel-dosis*	Notizen
<b>SGLT2-Hemmer (-pagliflozin)</b>	Blutzuckersenkend, harntreibend, Schutz des Herzens		
	<input type="checkbox"/> morgens: <input type="checkbox"/> mittags: <input type="checkbox"/> abends:		
<b>Diuretika (häufig: „-id“)</b>	Entwässerungs-Medikamente, harntreibend, Linderung von Symptomen wie Schwellungen und Kurzatmigkeit		
	<input type="checkbox"/> morgens: <input type="checkbox"/> mittags: <input type="checkbox"/> abends:		
	<input type="checkbox"/> morgens: <input type="checkbox"/> mittags: <input type="checkbox"/> abends:		
<b>Weitere Medikamente</b>			
	<input type="checkbox"/> morgens: <input type="checkbox"/> mittags: <input type="checkbox"/> abends:		
	<input type="checkbox"/> morgens: <input type="checkbox"/> mittags: <input type="checkbox"/> abends:		
	<input type="checkbox"/> morgens: <input type="checkbox"/> mittags: <input type="checkbox"/> 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?