



# Willkommen zur Patientenschulung DMP-Herzinsuffizienz

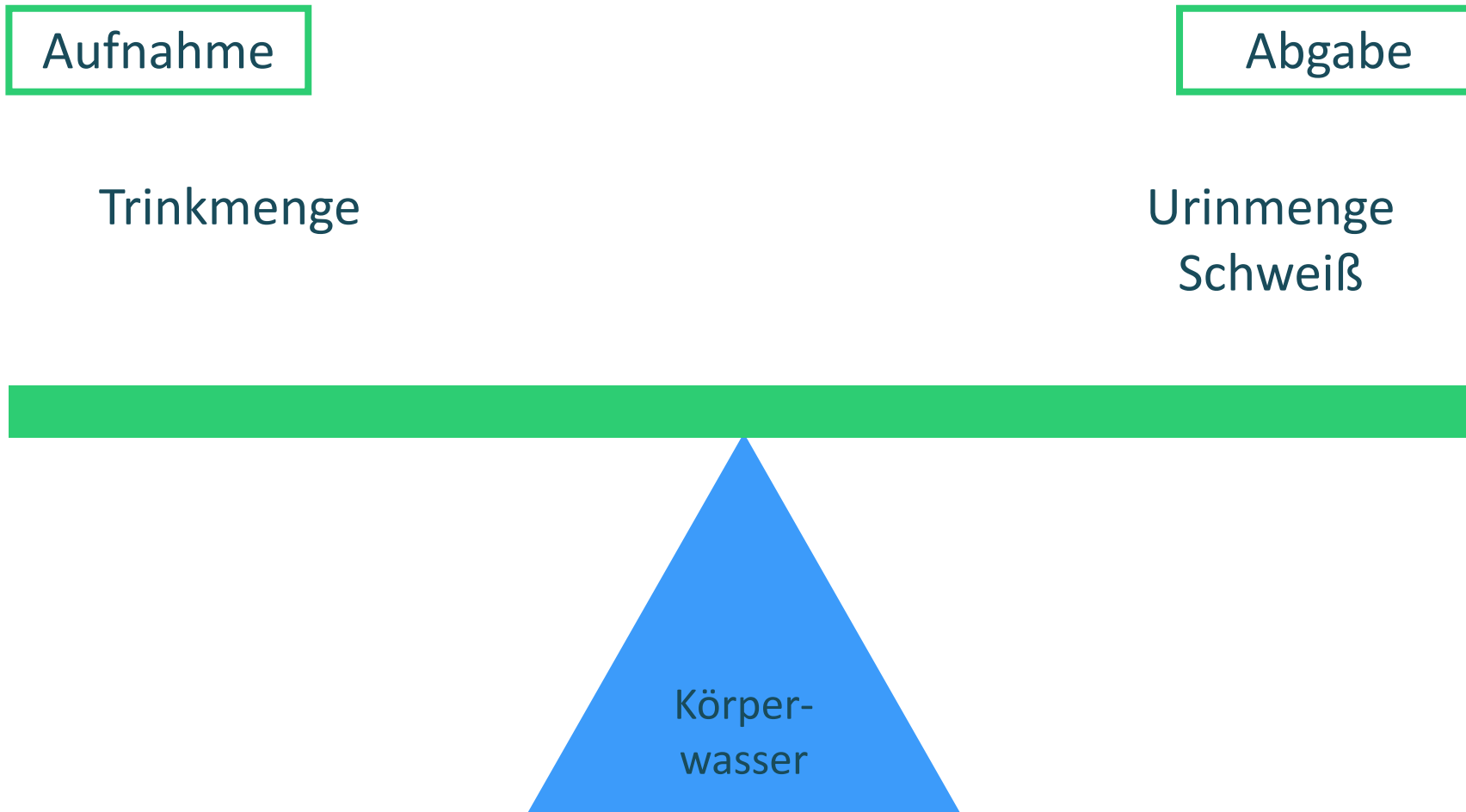
# Überblick zur Schulung

---

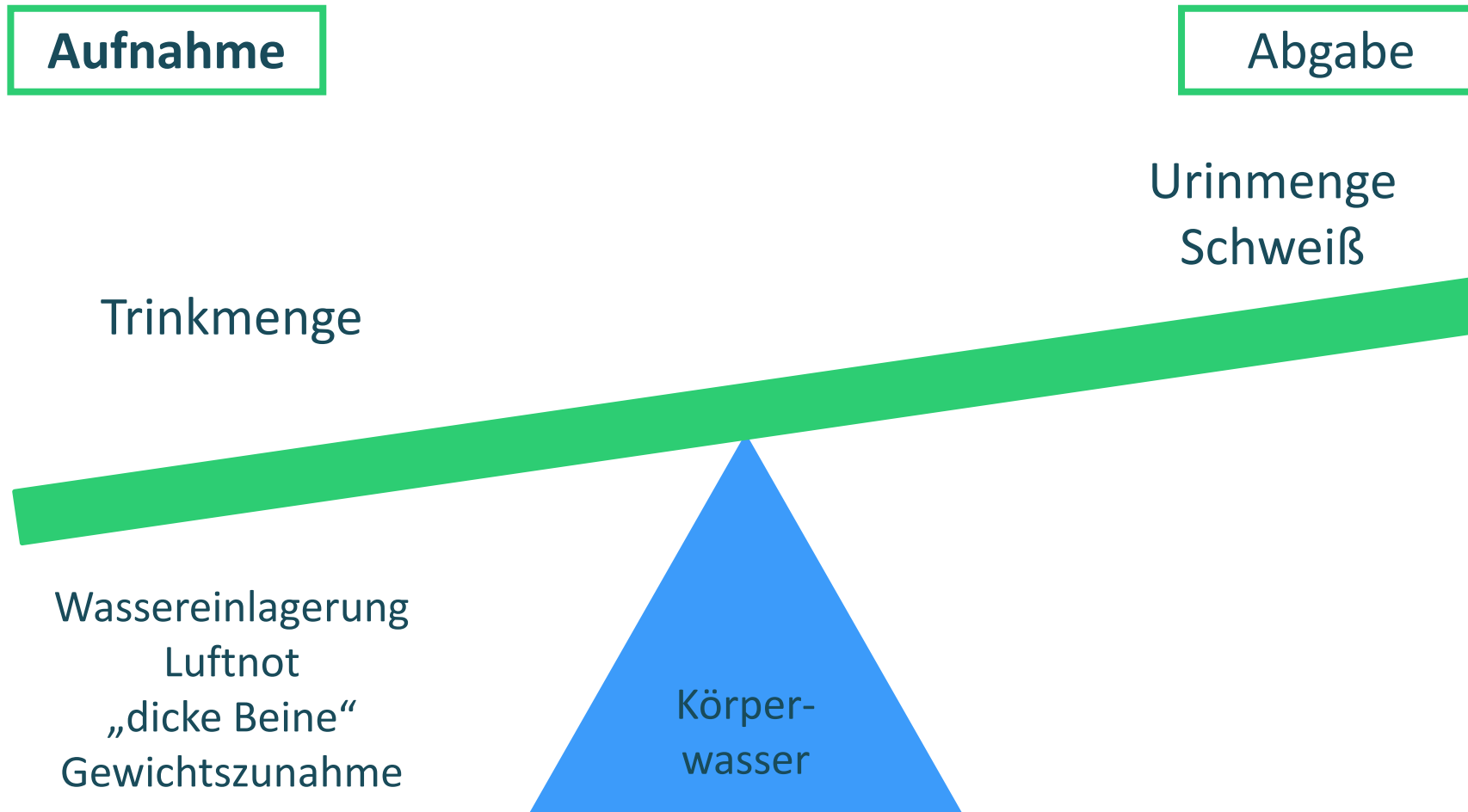
## Herzinsuffizienz

- |                |   |
|----------------|---|
| Modul 1        | Was ist das und wie kann es behandelt werden? |
| <b>Modul 2</b> | <b>Was kann ich selbst tun?</b>               |
| Modul 3        | Wie kann Bewegung helfen?                     |
| Modul 4        | Was ändert sich im Alltag?                    |
| Modul 5        | Wie können Medikamente mir helfen?            |

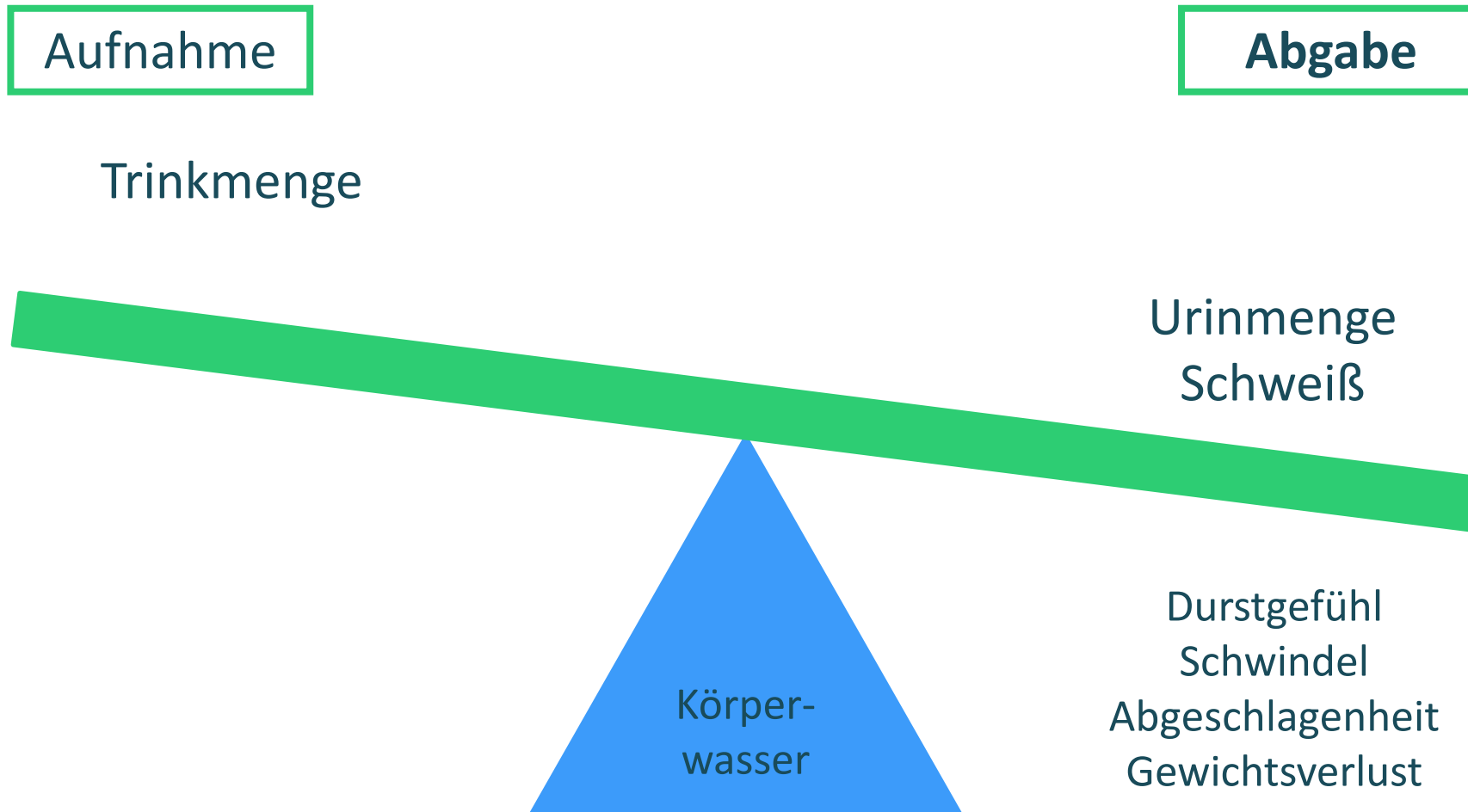
# Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten



# Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten



# Gleichgewicht der Körperflüssigkeiten



# Wie ist Ihre Trinkmenge?



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



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	😊 <del>☹</del> ☹	etwa 1,6
2	Di	82,4	115	81	58	😊 😐 <del>☹</del>	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?