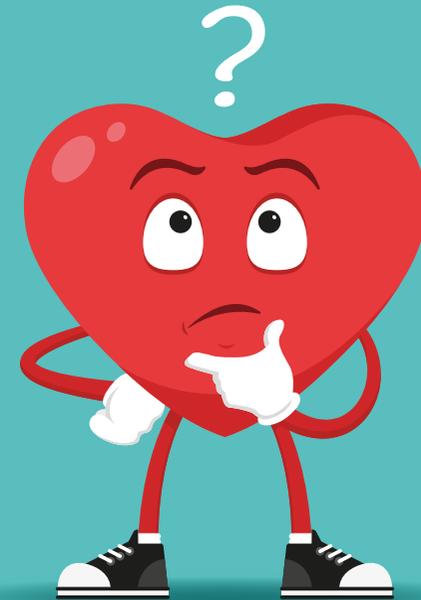


**Könnte ich eine  
Herzschwäche haben?**



**Diese Broschüre soll Ihnen dabei helfen,  
die ersten Anzeichen von Herzschwäche  
zu erkennen.**



# Was ist Herzschwäche?

Der Begriff "Herzschwäche" – oder auch "Herzinsuffizienz" – kann ziemlich erschreckend klingen. Doch er besagt lediglich, dass Ihr Herz nicht die nötige Menge Blut durch den Körper pumpen kann. Bei einer Herzschwäche pumpt das Herz nicht effizient und kann sich nicht so füllen und leeren, wie es sollte. Das hat zur Folge, dass sich Flüssigkeit in Ihrem Körper sammelt; vor allem in den Füßen, Knöcheln, Beinen, im Bauch und auch in der Lunge, was wiederum Atemnot verursachen kann.

Eine Herzschwäche kann sich innerhalb von mehreren Jahren entwickeln oder in einigen Fällen auch sehr schnell auftreten. Sie kann sowohl Männer als auch Frauen auf die gleiche Art betreffen. Nicht weniger als einer von fünf Menschen über 40 Jahren entwickelt eine Herzschwäche und mindestens 15 Millionen Erwachsene in Europa leben mit dieser Krankheit.

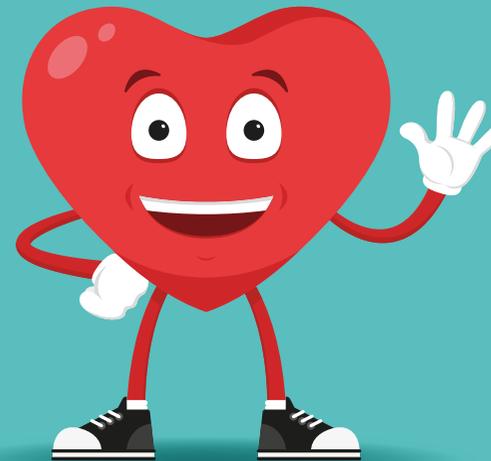
Eine rechtzeitige Diagnose und eine frühzeitige Behandlung helfen Ihnen dabei, fit und dem Krankenhaus fern zu bleiben. Viele Menschen mit Herzschwäche führen ein aktives Leben, indem sie auf sich Acht geben und Veränderungen in ihrem Wohlbefinden genau wahrnehmen.

Mindestens

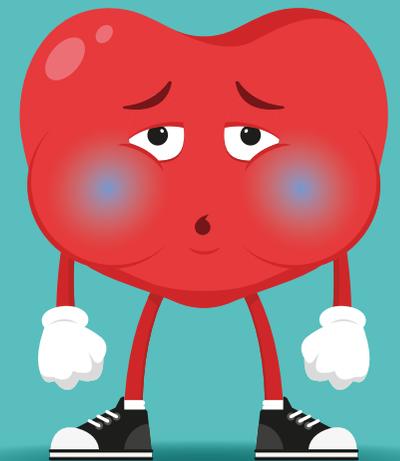
**15**  **millionen**

Erwachsene in Europa leben mit dieser Krankheit.

**Ein gesundes Herz ist wie eine Pumpe, die Blut durch den Körper pumpt.**

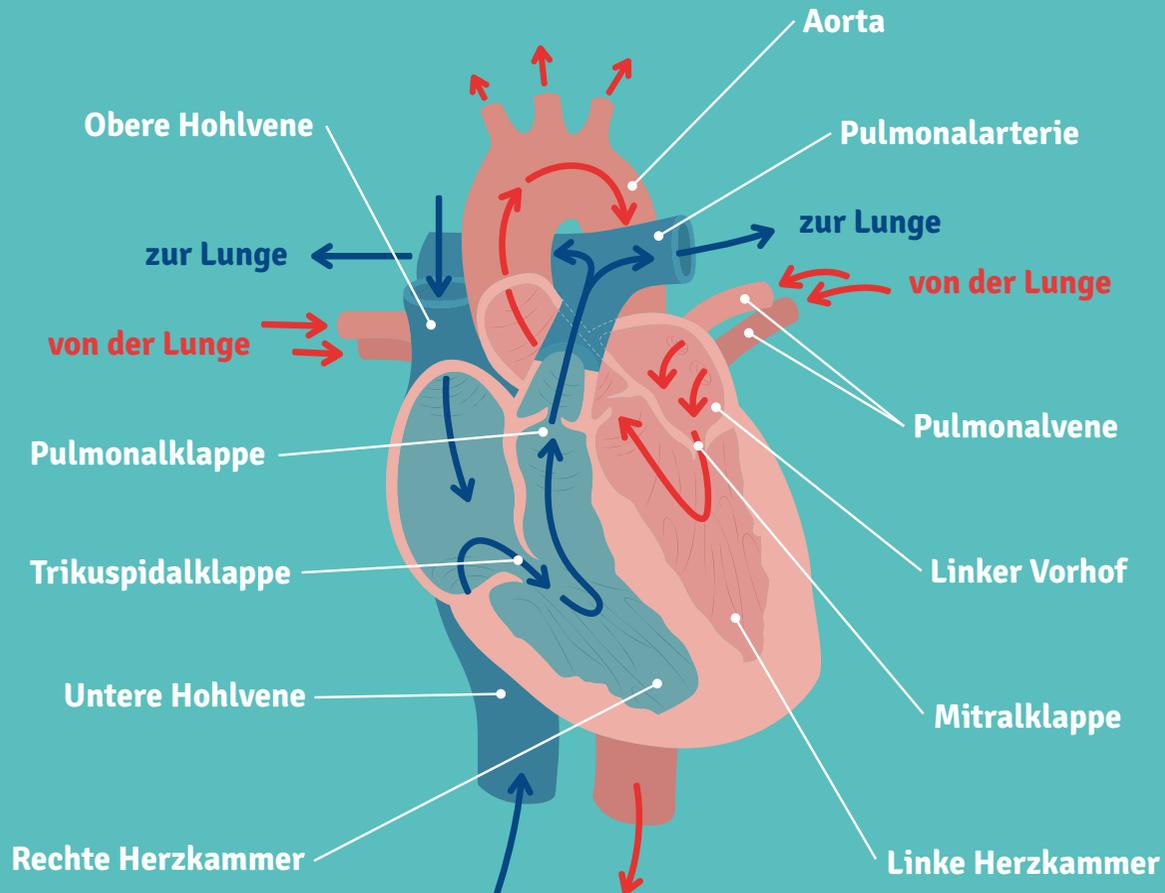


**Bei einer Herzschwäche ist die Pumpkraft des Herzens schwächer als normal.**



# Wie funktioniert mein Herz?

Mit jedem Herzschlag pumpt es Blut in jeden Teil des Körpers. Ein gesundes Herz schlägt ungefähr 100.000 Mal am Tag. Alles, was das Pumpen beeinträchtigt, hat Einfluss auf unseren Körper und darauf, wie wir uns fühlen.



# Was sind die Ursachen für eine Herzschwäche?

Es gibt viele Ursachen für eine Herzschwäche. Ihr Herz kann an Kraft einbüßen und insuffizient werden bedingt durch:

- ♥ Diabetes
- ♥ Bluthochdruck
- ♥ Herzinfarkt
- ♥ Herzrhythmusstörungen
- ♥ Koronare Herzerkrankungen
- ♥ Bestimmte Infektionen des Herzens
- ♥ Drogen- oder Alkoholmissbrauch
- ♥ Angeborene Herzprobleme
- ♥ Herzklappenerkrankungen

Nicht weniger als

**1**  **5**

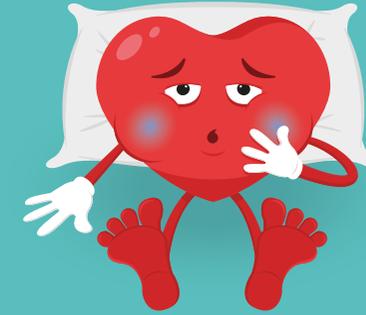
Menschen über 40 entwickelt eine Herzschwäche.

# Symptome von Herzschwäche

Nicht jeder weist die gleichen Symptome auf. Viele der gängigen Symptome von Herzschwäche könnten auch durch andere Krankheiten hervorgerufen werden. Sie sind also nicht alleiniges Merkmal der Herzschwäche. Sie sollten mit Ihrem Hausarzt sprechen, wenn Sie an einem der folgenden Symptome leiden oder innerhalb der letzten drei Monate gelitten haben.



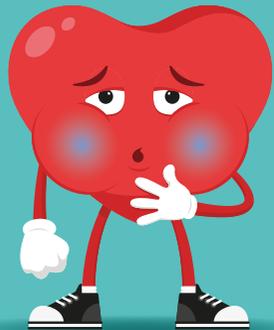
Extreme Müdigkeit oder Antriebslosigkeit



Kurzatmigkeit im Ruhezustand



Herzrasen



Kurzatmigkeit



Schwellungen an den Knöcheln, an Füßen oder am Bauch



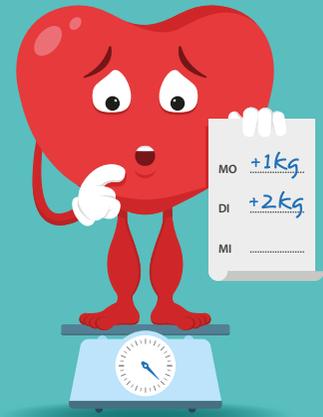
Appetitlosigkeit



Husten, Atemgeräusche



Erhöhter Harndrang, vor allem während der Nacht



Gewichtszunahme über einen kurzen Zeitraum (>2kg in zwei Tagen)

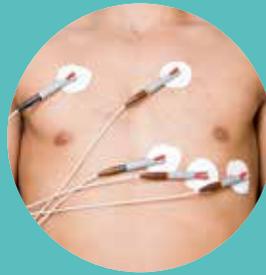
# Woher weiß ich, dass ich eine Herzschwäche habe?

Berichten Sie Ihrem Arzt, dass Sie unter Symptomen einer Herzschwäche leiden. Ihr Arzt wird Sie untersuchen und höchstwahrscheinlich Ihren Puls, Ihren Blutdruck und Ihr Gewicht messen. Um Herzschwäche zu diagnostizieren ist eine Reihe von Bluttests nötig und Sie werden sich im Krankenhaus anderen Test unterziehen müssen:



## Einem BNP-Test

Ein Bluttest, der die Wahrscheinlichkeit einer Herzschwäche zeigt.



## Einem EKG (Elektrokardiogramm)

Das ist eine Aufzeichnung der elektrischen Aktivität Ihres Herzens.



## Einer Echokardiografie

Diese macht per Ultraschall Bilder von Ihrem Herzen.



## Einer Röntgenaufnahme der Brust

Die Bilder zeigen das Innere Ihrer Brust und damit Ihr Herz und Ihre Lungen.

# Wie wird Herzschwäche behandelt?

Die frühzeitige Diagnose und Behandlung von Herzschwäche kann Ihr Wohlbefinden und Ihre Lebensqualität signifikant verbessern. Viele Menschen können mit der Herzschwäche gut leben, solange sie richtig damit umgehen. Das beinhaltet:



♥ Eine kontinuierliche Betreuung durch Ihren Arzt oder durch einen auf Herzschwäche spezialisierten Krankenpfleger.

♥ Die Einnahme der Medikamente, exakt wie vom Arzt vorgegeben.



♥ Die Anpassung Ihrer Ernährung, Ihrer sportlichen Betätigung und Ihres Lebensstils im Allgemeinen.

♥ Die sorgfältige Überwachung Ihres Gewichts und anderer auftretender Symptome.



♥ Gegebenenfalls das Einsetzen eines entsprechenden Gerätes: zum Beispiel ein ICD, ein Schrittmacher oder ein CRT (das sind Geräte, die in Ihrer Brust unter der Haut platziert werden und die Ihren Herzrhythmus überwachen und kontrollieren).

Diese Veröffentlichung wird unterstützt von den folgenden Organisationen, die sich dafür einsetzen, das Bewusstsein für Herzschwäche zu erhöhen:



 **NOVARTIS**

Mit freundlicher Unterstützung von Novartis, Basel.

 +49 911 6491312

 [www.herzschwaeche-franken.de](http://www.herzschwaeche-franken.de)

 [kontakt@herzschwaeche-franken.de](mailto:kontakt@herzschwaeche-franken.de)

 [www.facebook.com/27352402635](https://www.facebook.com/27352402635)

