

## Wiederbelebung – ganz einfach erklärt.

### 1 PRÜFEN

Bewusstlosigkeit prüfen und Atemkontrolle



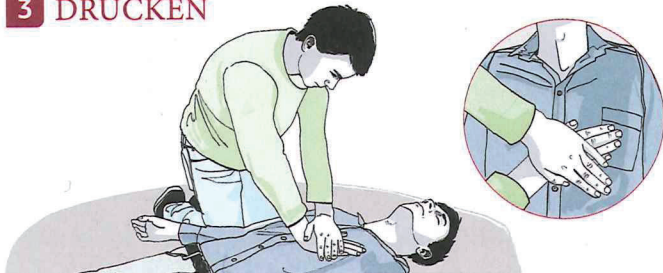
Gibt es eine Reaktion auf lautes Rufen und Schütteln?  
Fehlende/abnormale Atmung (keine Brustkorbbeugung)

### 2 RUFEN (TEL. 112)

Wer ruft an?  
Was ist passiert?  
Wo (bin ich)?



### 3 DRÜCKEN



Kontinuierliche Herzdruckmassage: 100- bis 120-mal pro Minute, etwa 5–6 cm tief in Richtung Wirbelsäule drücken.

### 4 SCHOCKEN

Mindestens 2 Helfer erforderlich!



Bildnachweis: Illustrationen Nina Schneider

## Das Reiseset! Ein Service der Deutschen Herzstiftung

Rund sechs Millionen Menschen in Deutschland leiden an koronarer Herzkrankheit (KHK), die dem Herzinfarkt vorausgeht und die häufigste Ursache der Herzschwäche (Herzinsuffizienz) ist. Trotz ihres geschwächten Herzens sollen Betroffene bekanntlich mobil bleiben und so ihren Herzmuskel fit halten. Und nicht nur im Urlaub sind Patienten mit Herzschwäche unterwegs – auch beruflich ist mitunter Reisetätigkeit erforderlich. Doch Hitze, Höhe und Hektik können dem Herzen dabei stark zusetzen.

Das Reiseset enthält wertvolle Tipps, Notfallausweis, Checkliste und zwei Sprachführer in einem praktischen Dokumentenmäppchen.



Bestellen Sie jetzt einfach telefonisch und **kostenlos** das Reiseset der Deutschen Herzstiftung: **069 955128-400**



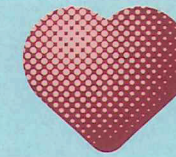
Deutsche Herzstiftung e. V.  
Bockenheimer Landstr. 94 – 96  
60323 Frankfurt am Main

Tel.: 069 955128-0  
Fax: 069 955128-313



info@herzstiftung.de  
www.herzstiftung.de

Gut fürs Herz.  
Deutsche Herzstiftung



Stärke Dein Herz!  
Herzschwäche erkennen  
und behandeln

vhs  
Volkshochschule  
Herten

STIFTUNG  
KLINIKUM  
PROSELIS  
PROSPER  
HOSPITAL  
RECKLINGHAUSEN  
St. Elisabeth  
HOSPITAL  
HERTEN



Herzpatientenseminar

# Stärke Dein Herz! Herzschwäche erkennen und behandeln

Mittwoch  
13. November 2024  
16 - 18.30 Uhr

Glashaus Herten  
Hermannstraße 16

Gut fürs Herz.  
Deutsche Herzstiftung



Liebe Patientinnen und lieber Patient,  
liebe Angehörige und Interessierte,

im Rahmen der Herzwochen 2024 der Deutschen Herzstiftung laden wir Sie ganz herzlich zum Herz-Patientenseminar mit dem Thema „Stärke Dein Herz! Herzschwäche erkennen und behandeln“ ein.

Das Arzt-Patienten-Seminar findet in diesem Jahr wieder mit einem attraktiven Vorprogramm im Glashaus mitten im Herten statt! Wer nicht persönlich vor Ort dabei sein kann, hat wieder die Möglichkeit beim Bildungskanal Herten die Veranstaltung im Anschluss anzuschauen. Die Herzschwäche ist eine ernste Erkrankung, an der allein in Deutschland mehrere Millionen Menschen leiden und ist eine häufige Todesursache. Viele Menschen kennen weder die Ursachen noch die krankheitstypischen Warnzeichen, mit denen sie sich bemerkbar macht. Typische Beschwerden sind Leistungsabfall, Atemnot und geschwollene Beine. Durch eine frühzeitige ärztliche Diagnose und Behandlung kann man schwerwiegende Folgen vermeiden.

Im Hertener Patientenseminar, das von der VHS Herten, dem Hertener Praxisnetz (HEP) und dem St. Elisabeth-Hospital Herten organisiert wird, werden Sie über den aktuellen Stand zum Thema Herzschwäche informiert und erfahren, welche neue Möglichkeiten die Medizin heute zur Besserung der Beschwerden und des Überlebens bietet.

Wir freuen uns, Sie am Mittwoch, 13.11.2023 ab 16 Uhr zum Vorprogramm mit Gesundheitsparcours und ab 17 Uhr zu den Vorträgen im Glashaus begrüßen zu dürfen.

Priv. Doz. Dr. Horst Neubauer  
(Chefarzt Kardiologie, Proselis, St. Elisabeth-Hospital Herten)

Klaus Hillebrand  
(Hausarzt, Vorsitzender HEP)

Frau Dobberke / Frau Weißenberg  
(VHS Herten)

## 16 - 17 Uhr im Foyer

Mit Gesundheitsparcours (Blutdruck, Puls, BZ, ggf. BMI / Cholesterin) und der Möglichkeit zum Gespräch mit den Fachärzten

+ 3 Fragen-Quiz (je 3 Preise VHS, HEP, Eli-Herten)

## Programm Rotunde ab 17 Uhr

- 17.00 Uhr** **Begrüßung** und Moderation  
Fr. S. Dobberke (Leitung VHS Herten)
- 17.05 Uhr** **Grußworte** Hr. Grunwald  
(Stellv. Bürgermeister der Stadt Herten) und  
Prof. Dr. Wambach (Deutsche Herzstiftung)
- 17.15 Uhr** **Wenn das Herz „schlapp“ macht: Ursachen für die akute und chronische Herzschwäche und Vorbeugung**  
**Dr. A. Finkensieper** (Facharztpraxis für Kardiologie, Herten)
- 17.35 Uhr** **Verbesserung der Überlebenschancen: Welche Medikamente helfen? Welche neuen Optionen gibt es?**  
**PD Dr. H. Neubauer**  
(Proselis, St. Elisabeth-Hospital Herten)
- 17.55 Uhr** **Leben mit Herzschwäche: Bewegung, Alltag und der Defibrillator (ICD)**  
**PD Dr. O. Klein-Wiele**  
(Proselis, St. Elisabeth-Hospital Herten)
- 18.15 Uhr** **Kurzvorstellung Gesundheitsförderung in Herten**  
VHS Herten und Koronarsportverein
- 18.25 Uhr** **Zusammenfassung und Schlusswort**  
Fr. S. Dobberke (VHS Herten)  
**+ Preisverleihung 3-Fragen-Quiz**

### IMPRESSUM

Herausgeber: Stadt Herten | Der Bürgermeister  
V.i.S.d.P.: Stefanie Dobberke | Volkshochschule  
Resser Weg 1 | 45699 Herten  
Layout: Deutsche Herzstiftung | Druck: Eigendruck | Stadtdruckerei Herten  
Auflage: 1800 Stück | Veröffentlichung: Oktober 2024

### Veranstalter und Aktionspartner:

Deutsche Herzstiftung  
Volkshochschule Herten  
St. Elisabeth-Hospital Herten  
Hertener Praxisnetz – Qualitätsverbund  
Hertener Ärzte  
Forum Apotheke  
Stadtbibliothek Herten  
Deutsches Rotes Kreuz Herten e. V.  
Koronarsportverein Herten 1993 e. V.  
Stadtverband Herten e.V.

Informieren + Vorbeugen +  
Forschung fördern =  
Deutsche Herzstiftung e. V.

Als unabhängige Patientenorganisation vertreten wir die Interessen der Herzpatienten. Wir klären über Herzkrankheiten auf und fördern die patientennahe Forschung. Mit unseren fundierten und für jeden verständlichen Informationen bauen wir eine Brücke zwischen Herzpatienten, Angehörigen und Ärzten.

Werden Sie Mitglied oder unterstützen Sie unsere Arbeit mit Ihrer Spende: [www.herzstiftung.de](http://www.herzstiftung.de)

Gut fürs Herz.  
Deutsche Herzstiftung



Nichts mehr verpassen!

Newsletter der Deutschen Herzstiftung

Abonnieren Sie kostenfrei unter:

[www.herzstiftung.de/newsletter](http://www.herzstiftung.de/newsletter)

