

## Schulungen Herzschwäche

### Ort

Helios Klinikum Erfurt  
Hauptgebäude, Schulungsraum der Klinik für  
Kardiologie, 1. OG grüner Bereich

### Zeit

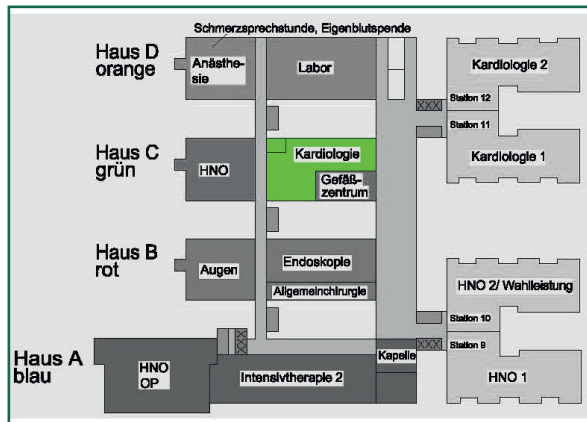
Montags und Donnerstags  
16:00 bis 17:15 Uhr

### Anmeldung

Bitte melden Sie sich über unser  
Herzschwächeteam an:  
Telefon (0361) 781-6360 oder -2525

### Treffpunkt

Sitzgruppe vor Besprechungsraum der Kardiolo-  
gie im Hauptgebäude, 1. Etage, Zimmer XY



# Herzschwäche (Herzinsuffizienz)

Schulungsangebot für Patien:innen

## Helios Klinikum Erfurt

Klinik für Allgemeine und Interventionelle  
Kardiologie und Rhythmologie

Dr. med. Wilma Radmacher  
Oberärztin Kardiologie  
Zusatzbezeichnung Sozialmedizin  
Zusatzbezeichnung Verhaltenstherapie

T (0361) 781-2481

F (0361) 781-2482

[www.helios-gesundheit.de/erfurt](http://www.helios-gesundheit.de/erfurt)

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

 [www.instagram.com/heliosklinikumerfurt](https://www.instagram.com/heliosklinikumerfurt)

### IMPRESSUM

Verleger: Helios Klinikum Erfurt GmbH ·  
Nordhäuser Straße 74 · 99089 Erfurt

Druck: Citydruck Erfurt GmbH · Gustav-Tauschek-Straße 1 ·  
99099 Erfurt

Stand: 01/2024

Hinweis: Wir verwenden in unseren Texten weitestgehend eine geschlechtsneutrale Sprache. Aus Gründen der besseren Lesbarkeit weichen wir an einigen Stellen davon ab. Wir schließen jedoch immer gleichermaßen alle Geschlechteridentitäten ein.





## Herzschwäche (Herzinsuffizienz)...

... ist eine ernste chronische Krankheit, mit der Erkrankte jedoch dank der medizinischen Möglichkeiten selbstständig und unabhängig leben können. Durch die moderne Herz-Kreislaufmedizin konnten darüber hinaus eine Verlängerung der Lebenserwartung und eine Verminderung schwerer Komplikationen erreicht werden (u.a. durch Medikamente, Herzkathetereingriffe, Implantatversorgung, Operationen, Herztransplantation).

Dennoch, für viele Patienten stellen sowohl die Erkrankung als auch die Erfahrungen im Krankenhaus und der High-Tech-Medizin eine hohe Herausforderung dar. Wir sprechen dabei von der sogenannten Krankheitsbewältigung, die langfristig die Lebensqualität der Erkrankten mit Herzschwäche ebenso entscheidend beeinflussen kann.

### Voraussetzungen für eine erfolgreiche Krankheitsbewältigung:

- Verständnis für die Erkrankung
- Umgang mit Symptomen
- Wissen und Umsetzung eines herzgesunden Lebensstiles
- Akzeptanz der Medikamenteneinnahme
- Medizinische Kontrollen
- Anpassung von sozialen Rollen (beruflich, familiär)

Für Kardiologen bedeutet die Vermittlung dieser Aspekte einen hohen Zeitaufwand. Oftmals ist dies im Krankenhausalltag oder in den ambulanten Sprechstunden nur unzureichend umsetzbar. Patienten bekommen deshalb häufig nicht ausreichend Informationen zum Umgang und Leben mit einer Herzschwächeerkrankung. Bei manchen Erkrankten führt dies zur Verunsicherung, Frustration, manchmal auch zum Abbruch von Medikamenteneinnahmen oder zum sozialen Rückzug mit Auftreten von psychosomatischen Beschwerden (chronischer Stress, Ängste, Depression). Trotz verbesserter Behandlung kann sich dadurch die Belastbarkeit und die Lebensqualität verschlechtern. Wir wollen mit unserem Angebot die Voraussetzungen für eine erfolgreiche Krankheitsbewältigung bei Herzschwächeerkrankten unterstützen.

***Ihr Herzschwächeteam  
im Helios Klinikum Erfurt***

### Schulung zum Leben mit Herzschwäche-Erkrankung

#### **Ziel:**

Erreichen von ausreichend Lebensqualität und langfristig Verbesserung der Prognose der Herzschwächeerkrankung.

#### **Schulung:**

Dr. med. Wilma Rademacher, Oberärztin

#### **Wie kann dies erreicht werden:**

- Verständnis für die Erkrankung und die Therapien entwickeln
- Umgang mit Herausforderungen (Lebensstilanpassung, Komplikationen, private und berufliche Aufgaben)
- Austausch mit anderen Betroffenen

#### **Angebot**

- Gruppenschulung zum Thema „Leben mit Herzschwäche“ durch die Oberärztin Dr. Wilma Rademacher
- vier ambulante Termine über 90 min, zusätzlich als Schulung für Angehörige möglich

#### **Themen**

- Informationen zur Herzschwächeerkrankung
- Einordnung von Symptomen
- Verständnis für Medikamente
- Versorgung mit Herzschrittmachern und Defibrillatoren
- Angehörigeninformation
- Ernährung, Aktivitäten, Sport, Reisen, Impfungen, Lebensführung