

1. Herzwoche Sachsen-Anhalt

4.-10. Juni 2018

- Aktions- und Informationsmaterial -

Michael Wichert
Deutsche Herzstiftung e.V.
Magdeburg, 25. April 2018

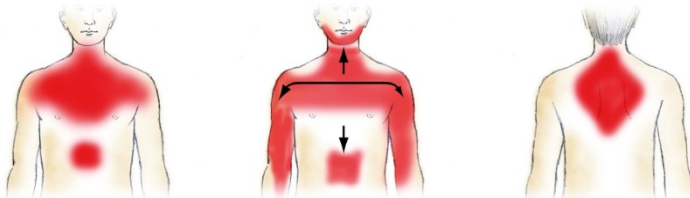
Herzinfarkt

Jede Minute zählt!

Sofort den
Rettungswagen
rufen:

112

Das sind Alarmzeichen:



- schwere, länger als 5 Minuten anhaltende Schmerzen im Brustkorb, die in Arme, Schulterblätter, Hals, Kiefer, Oberbauch ausstrahlen können
 - starkes Engegefühl, heftiger Druck, Brennen im Brustkorb, Atemnot
 - zusätzlich: Übelkeit, Brechreiz, Angst
 - Schwächegefühl (auch ohne Schmerz), evtl. Bewusstlosigkeit
 - blasse, fahle Gesichtsfarbe, kalter Schweiß
 - nächtliches Erwachen mit Schmerzen im Brustkorb ist ein besonderes Alarmzeichen
- Achtung:**
- Bei Frauen sind Atemnot, Übelkeit, Schmerzen im Oberbauch, Brechreiz und Erbrechen häufiger als bei Männern alleinige Alarmzeichen.
 - Wenn Brustschmerzen bei **minimaler Belastung** oder **in Ruhe** auftreten, muss genauso schnell wie beim Herzinfarkt gehandelt werden.

Herz- infarkt

Wie gefährdet
sind Sie?





Jeder Schritt zählt!
Tipps für mehr Bewegung

Mediterrane
Küche

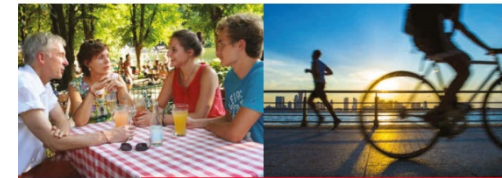
einfach
lecker!
Rezepte für Sie



Deutsche
Herzstiftung 



Herz unter Stress –
Sie haben es in der Hand



Mit Risiko-Test

Was tun im Not- fall ?



Herzinfarkt

Jede Minute zählt!
Das sind Alarmzeichen



Bei Verdacht auf
Herzinfarkt: sofort
den Rettungswagen
mit Notarzt rufen!

112

Deutsche
Herzstiftung
www.herzstiftung.de



Der Herzinfarkt lässt sich in den meisten Fällen durch folgende Alarmzeichen erkennen:

- schwere, länger als 5 Minuten anhaltende Schmerzen im Brustkorb, die in Arme, Schulterblätter, Hals, Kiefer, Oberbauch ausstrahlen können
 - zusätzlich: Übelkeit, Brechreiz, Angst
 - Schwächegefühl (auch ohne Schmerz), evtl. Bewusstlosigkeit
 - blasse, fahle Gesichtsfarbe, kalter Schweiß
 - nächtliches Erwachen mit Schmerzen im Brustkorb ist ein besonderes Alarmzeichen
 - ausgeprägte Atemnot
- Achtung:**
- Bei Frauen sind Atemnot, Übelkeit, Schmerzen im Oberbauch, Brechreiz und Erbrechen häufiger als bei Männern alleinige Alarmzeichen.
 - Wenn Brustschmerzen bei **minimaler Belastung** oder **in Ruhe** auftreten, muss genauso schnell wie beim Herzinfarkt gehandelt werden.

Deutsche Herzstiftung e.V. (DE) | https://www.herzstiftung.de

Suchen



Deutsche Herzstiftung



Tipp: Kostenfreier Newsletter zu Herzerkrankungen

Regelmäßig wertvolle Infos von unseren Herz-Experten

[Hier abonnieren](#)

„Die Infos des Herzstiftungs-Newsletters sind für mich sehr nützlich, um Herzerkrankungen vorzubeugen!“

Günther Köhnen

Mitglied werden | Spenden für die Herzstiftung | Testament mit Herz | Kontakt | Impressum | Suchen

- Startseite
- Alles über die Herzstiftung
- Mitgliedschaft
- Tipp: Kostenfreier Newsletter**
- Spenden
- Infos zu Herzerkrankungen
- Herzstiftungs-Sprechstunde
- Was gefährdet das Herz?
- Service für Herzpatienten
- Service für Ärzte u. Apotheker »
- Presse
- Forschung
- Projekte / Aktionen
- Zeitschrift HERZ HEUTE
- Ehrenamtlich mitarbeiten
- Herz-Termine in Ihrer Nähe
- Zur Kinderherzstiftung

Herzschwäche-Medikamente

Diese Nebenwirkungen sollten Sie kennen



Medikamente gehören zu den wirksamsten Möglichkeiten, um sich bei einem geschwächten Herzmuskel vor einem weiteren Nachlassen der Pumpkraft zu schützen. Als Patient sollte man allerdings gut über die eingenommenen Medikamente informiert sein, damit nicht unnötigerweise Nebenwirkungen auftreten. [→ Weiter](#)

Kurzer Online-Test

Kennen Sie Ihr Herzinfarkt-Risiko?

Über 300.000 Menschen erleiden in Deutschland jedes Jahr einen Herzinfarkt. Testen Sie hier Ihr Risiko für dieses oft dramatische Ereignis.



[→ Zum Test](#)

Tipp

Nichts mehr verpassen



Tipp: Heute kostenfreie Herzstiftungs-Sprechstunde auch für Nichtmitglieder zum Thema Cholesterin. [Zur Sprechstunde](#)

Vielen Dank für die vielen Fragen, die Sprechstunde war ein toller Erfolg! Den nächsten Termin werden wir wieder hier bekanntgeben.

Wenn Sie WhatsApp auf Ihrem Handy nutzen, können Sie damit kostenfrei wichtige Tipps zu Herzerkrankungen erhalten:

[→ Auf WhatsApp verbinden](#)

Aktuelle Mitglieder-Zahl

100.000

Die Herzstiftung wurde 1979 gegründet und hat heute mehr als 100.000 Mitglieder (einschließlich 1.700 Eltern herzkranker Kinder).

[→ Vorteile der Mitgliedschaft u. Online-Antrag](#)

[→ 5.289 Meinungen](#) zur Mitgliedschaft

Deutsche
Herzstiftung



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit und viel Erfolg!

www.herzstiftung.de