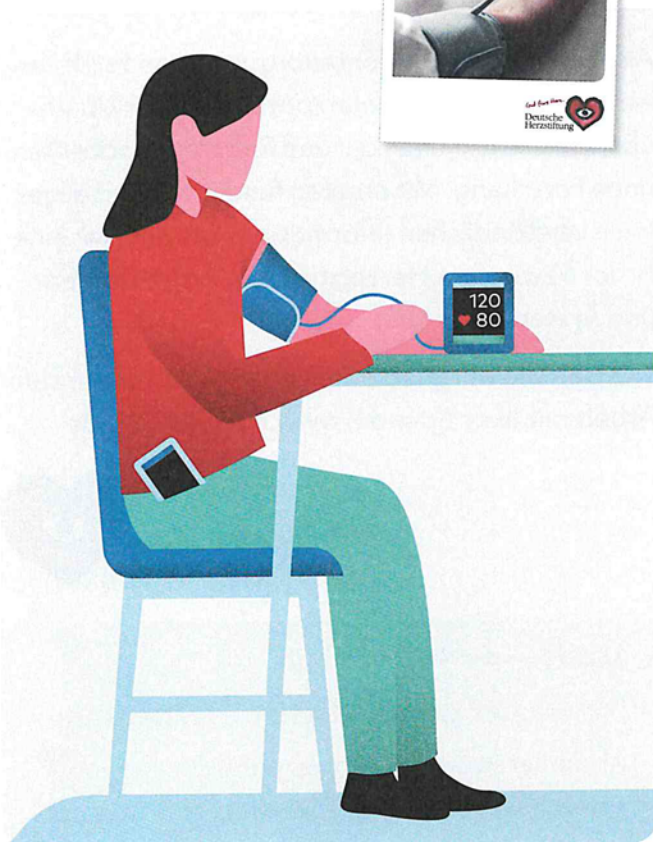
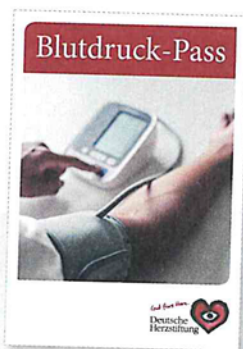


Kennen Sie Ihre Blutdruckwerte?

Man sieht ihn nicht und spürt ihn nicht – das ist das Tückische am hohen Blutdruck.

Deshalb ist es wichtig, den Blutdruck regelmäßig zu messen: Nur so können erhöhte Werte frühzeitig entdeckt und rechtzeitig Gegenmaßnahmen ergriffen werden.

Wie Sie Ihren Blutdruck richtig messen, erfahren Sie in der Bluthochdruck-Broschüre der Deutschen Herzstiftung. Diese können Sie zusammen mit dem Blutdruck-Pass bestellen unter: **069 955128-400**



Notfallausweis – der Lebensretter im Geldbeutel Ein Service der Deutschen Herzstiftung

Bei Herznotfällen zählt jede Minute. Hat der Notarzt sofort alle Daten zur Herz-erkrankung und der Medikamenteneinnahme des Patienten vor sich, lässt sich eine deutlich bessere Notfallbehandlung erreichen und viele Komplikationen bis hin zum Tod können vermieden werden.

Die Deutsche Herzstiftung empfiehlt Herzpatienten, diesen Notfallausweis, der den aktuellen Anforderungen von Kliniken und Praxen entspricht, immer mitzuführen. Idealerweise im Geldbeutel, denn bei Notfällen schauen Notärzte zuerst hier nach einem medizinischen Dokument.



Bildnachweis: Illustration Pia Bubbles

Bestellen Sie jetzt einfach telefonisch und **kostenlos** den Notfallausweis 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



Mainzer Herzseminar 2021

**Herz unter Druck:
Ursache, Diagnose und Therapie
des Bluthochdrucks**

**Dienstag,
23. November 2021, 18 Uhr**
Haus der Jugend – Großer Saal
Mitternachtsgasse 8, 55116 Mainz

Die Teilnahme ist kostenlos.

Es gelten die aktuellen Corona-Regeln.



Landeshauptstadt
Mainz

Eine gemeinsame Veranstaltung der Landeshauptstadt Mainz – Dezernat für Soziales, Kinder, Jugend, Schule und Gesundheit, des Zentrums für Kardiologie der Universitätsmedizin, der Stiftung Mainzer Herz und der Cardiopraxis Mainz im Rahmen der Herzwochen 2021 der Deutschen Herzstiftung.



Einladung

Liebe Mainzer Bürgerinnen und Bürger,

die deutsche Herzstiftung stellt in diesem Jahr das Thema „Bluthochdruck“ in den Mittelpunkt der „Herzwochen 2021“.

Bluthochdruck (Hypertonie) ist einer der bedeutendsten Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Die Zahl der Menschen in Deutschland mit diagnostizierter Hypertonie ist in den letzten Jahren stark angestiegen. Weltweit sind jährlich rund 9,4 Millionen Todesfälle auf erhöhten Blutdruck zurückzuführen. Hypertonie ist damit der wichtigste veränderbare Risikofaktor für vorzeitige Todesfälle.

Eine Hypertonie entsteht zumeist durch das Zusammenwirken verschiedener Einflüsse. Diese umfassen Erbanlagen, Alter, Geschlecht und ungünstige Ernährungs- und Lebensbedingungen. Dazu gehören Übergewicht, hoher Kochsalz- und Alkoholkonsum, Rauchen, Bewegungsmangel und Stress.

Der Risikofaktor Bluthochdruck kann also durch die Umstellung von Lebensgewohnheiten und eine konsequente Therapie entscheidend beeinflusst werden.

Wir freuen uns, dass wir dieses Jahr wieder ein Mainzer Herzseminar veranstalten und ausgewiesene Herzspezialisten als Referenten gewinnen konnten. In ihren Beiträgen geht es um die Erkennung von Bluthochdruck, die möglichen Folgen, die Behandlungsmöglichkeiten und die Prävention. Die Fachärzte gehen auch gerne auf Fragen ein.

Zu dieser Veranstaltung laden wir alle sehr herzlich ein, die an den Themen Herzgesundheit und Bluthochdruck interessiert sind.

Dr. Eckart Lensch

Dezernent für Soziales, Kinder, Jugend, Schule und Gesundheit

Programm

**Dienstag, 23. November 2021,
Haus der Jugend, Großer Saal**

18.00 Uhr **Begrüßung**

Dr. Eckart Lensch
Dezernent für Soziales, Kinder, Jugend,
Schule und Gesundheit

18.15 Uhr Vorträge mit anschließender Diskussion

Der stille Killer – Bluthochdruck rechtzeitig erkennen

Prof. Dr. Thomas Münzel
Zentrum für Kardiologie der Universitätsmedizin,
Stiftung Mainzer Herz

Herz unter Druck – Folgeschäden durch Bluthochdruck

Dr. med. Guido Mentz
Cardiopraxis Mainz

Komplikationen verhindern – Moderne Therapie des Bluthochdrucks

Dr. med. Alexander Hauber
Cardiopraxis Mainz

Eine gemeinsame Veranstaltung der Landeshauptstadt Mainz - Dezernat für Soziales, Kinder, Jugend, Schule und Gesundheit, des Zentrums für Kardiologie der Universitätsmedizin, der Stiftung Mainzer Herz und der Cardiopraxis Mainz im Rahmen der Herzwochen 2021 der Deutschen Herzstiftung.

Veranstaltungsort:

Das Haus der Jugend, Mitternachtsgasse 8, erreichen Sie mit den Buslinien Linie 6 (Richtung Wiesbaden), 62, 63, 64, 65 über die Ausstiegshaltestelle „Bauhofstraße/Rheinland-Pfalz-Bank“ und den Linien 68 und 71 über die Ausstiegshaltestelle „Schusterstraße/Galeria Kaufhof“.

**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 allgemein 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



Nichts mehr verpassen!

Newsletter der Deutschen Herzstiftung

Abonnieren Sie kostenfrei unter:
www.herzstiftung.de/newsletter

