

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!



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 Medikationeneinnahme 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.

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



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

Telefon 069 955128-0
Fax 069 955128-313

info@herzstiftung.de
www.herzstiftung.de



Grut fürs Herz.
Deutsche
Herzstiftung



Bildnachweis: Illustrationen Nina Schneider



HERZKRANK?
Schütze Dich vor dem
HERZSTILLSTAND!

Mainzer Herzseminar 2023

Herzkrank? Schütze dich vor dem Herz- stillstand!

Risikovorsorge und aktuelle Möglichkeiten zur Diagnose und Therapie

Dienstag,
28. November 2023, 18 Uhr

Haus der Jugend – Großer Saal
Mitternachtsgasse 8, 55116 Mainz

Die Teilnahme ist kostenlos.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Eine gemeinsame Veranstaltung der Landeshauptstadt Mainz – Dezernat für Soziales, Kinder, Jugend, Schule und Gesundheit, der Stiftung Mainzer Herz und der Cardiopraxis Mainz im Rahmen der Herzwochen 2023 der Deutschen Herzstiftung



Landeshauptstadt
Mainz

Grut fürs Herz.
Deutsche
Herzstiftung



Einladung

Liebe Mainzer Bürgerinnen und Bürger,

die deutsche Herzstiftung stellt in diesem Jahr den Schutz vor dem Herzstillstand in den Mittelpunkt der „Herzwochen 2023“.

In Deutschland sterben Jahr für Jahr schätzungsweise 65.000 Menschen am plötzlichen Herztod, bei dem es für Betroffene scheinbar aus heiterem Himmel zu einem Herzstillstand kommt. Häufig liegt einem solchen Ereignis allerdings eine langjährige koronare Herzkrankheit (KHK) zugrunde, die nicht erkannt oder ausreichend beachtet wurde.

Expertenschätzungen zufolge haben immerhin rund sechs Millionen Menschen in Deutschland eine KHK, die wiederum durch Risikokrankheiten wie Bluthochdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen (hohes Cholesterin) entsteht.

Ziel der bundesweiten Herzwochen 2023 der Deutschen Herzstiftung ist daher, die Bevölkerung darüber zu informieren, wie Vorbeugung, frühzeitiges Erkennen und die konsequente Behandlung von Herzerkrankungen helfen, das Risiko auf ein Minimum zu reduzieren, dass das Herz plötzlich still steht.

Wir freuen uns, dass wir auch dieses Jahr wieder ein Mainzer Herzseminar veranstalten und ausgewiesene Herzspezialisten als Referenten gewinnen konnten. In ihren Beiträgen geht es um die Diagnostik von Herzerkrankungen, die Einschätzung des Risikos eines Herzstillstands und die Möglichkeiten zur Vorbeugung. Außerdem werden moderne Methoden zur Behandlung von lebensgefährlichen Herzrhythmusstörungen vorgestellt. Die Fachärzte gehen auch gerne auf Ihre Fragen ein.

Zu dieser Veranstaltung laden wir alle ein, die über ihre Herzgesundheit mehr wissen und etwas dafür tun wollen.

Dr. Eckart Lensch

Dezernent für Soziales, Kinder, Jugend, Schule und Gesundheit

Programm

**Dienstag, 28. November 2023,
Haus der Jugend, Großer Saal**

Einlass ab 17.30 Uhr

18.00 Uhr **Begrüßung**

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

18.15 Uhr **Vorträge mit anschließender Diskussion**

**Wie findet der Kardiologe heraus, ob ich
herzkrank bin?**

Dr. med. Alexander Hauber,
Cardiopraxis Mainz

**Bei welcher Herzkrankheit droht Herzstillstand
und wie kann man ihn verhindern?**

Prof. Dr. med. Thomas Münzel,
Stiftung Mainzer Herz

**Moderne Methoden zur Behandlung von lebens-
gefährlichen Herzrhythmusstörungen**

Dr. Sebastian Sonnenschein/ Dr. Guido Mentz,
Cardiopraxis Mainz und Ingelheim

Eine gemeinsame Veranstaltung der Landeshauptstadt Mainz – Dezernat für Soziales, Kinder, Jugend, Schule und Gesundheit, der Stiftung Mainzer Herz und der Cardiopraxis Mainz im Rahmen der Herzwochen 2023 der Deutschen Herzstiftung.

Veranstaltungsort:

Das Haus der Jugend, Mitternachtsgasse 8, erreichen Sie mit den Buslinien 28, 62, 64, 65, 66, 68, 78, 79, 93 (Haltestelle Schusterstraße) oder den Buslinien 6, 28, 62, 64, 65, 68, 78, 79, 93 (Haltestelle Bauhofstraße).

Parkplätze stehen nur im öffentlichen Straßenraum oder in umliegenden Parkhäusern zur Verfügung.

Das Haus der Jugend ist barrierefrei.

**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



Nichts mehr verpassen!

Newsletter der Deutschen Herzstiftung

Abonnieren Sie kostenfrei unter:

www.herzstiftung.de/newsletter

