

Leben retten kann man lernen!
Die Herzdruckmassage

1 Erster Schritt:
Prüfen



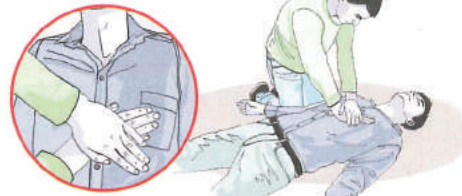
Bewusstlosigkeit prüfen: Sprechen Sie die Person laut an und schütteln sie kräftig.

2 Zweiter Schritt:
Rufen



Setzen Sie den Notruf **112** ab. Wer? (ruft an), Was? (ist passiert), Wo? (bin ich)

3 Dritter Schritt:
Drücken



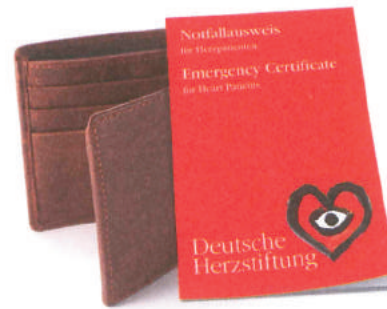
100- bis 120-mal pro Minute, etwa 5-6 cm tief in Richtung Wirbelsäule drücken.

4 Der AED



Der AED kann Kammerflimmern beseitigen.

Notfallausweis –
der Lebensretter im Geldbeutel
ein Service der Deutschen Herzstiftung



Bei Herznotfällen zählt jede Minute. Hat der Notarzt sofort alle Daten zur Herzerkrankung 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. Bestellen Sie jetzt für Sie kostenlos den Notfallausweis der Deutschen Herzstiftung.

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



Bedrohliche
Herzrhythmusstörungen 
Plötzlicher Herztod
Wie kann ich mich davor schützen?

Herzwochen 2019

2. November 2019 ab 10:00 Uhr

Bürgerhalle Langbroich
Am Schulsteg 1, 52538 Gangelt

- Vorträge zu den Themen Plötzlicher Herztod, Vorbeugung von Herzerkrankungen sowie Bluthochdruck und Diabetes mellitus
- Bewegungsübungen mit der Herzsportgruppe des ATV Geilenkirchen
- Praktische Übungen der Herz-Lungen-Wiederbelebung durch Laien mit Unterstützung des Rettungsdienstes im Kreis Heinsberg
- Blutdruckmessungen



„Bedrohliche Herzrhythmusstörungen: Wie schütze ich mich vor dem plötzlichen Herztod?“

So lautet das Motto der diesjährigen Herzwochen im November. Jedes Jahr erleiden in Deutschland 65.000 Menschen einen plötzlichen Herztod, etwa 60.000 versterben daran. Die koronare Herzkrankheit (KHK) ist die häufigste zugrundeliegende Erkrankung. Sie wiederum ist verursacht durch Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen (hohes Cholesterin). Auch die Genetik und ein ungesunder Lebensstil durch Rauchen, Übergewicht, Bewegungsmangel und Drogenkonsum spielen eine Rolle. Ursachen des plötzlichen Herztods können auch Herz-muskelerkrankungen, seltener Herzklappenerkrankungen sowie angeborene Herzfehler sein.

Über diese Themen und über die Vorbeugung von Herzerkrankungen möchten wir Sie in Vorträgen informieren.

Zudem werden Mitarbeiter des Rettungsdienstes des Kreises Heinsberg einen Vortrag zum Thema Herz-Lungen-Wiederbelebung halten, im Anschluss besteht für alle Teilnehmer die Möglichkeit zu praktischen Übungen der Herz-Lungen-Wiederbelebung an Puppen.

Unterstützt wird das Programm auch in diesem Jahr wieder durch die Herzsportgruppe des ATV Geilenkirchen, welche in den Pausen aktive Bewegungsübungen mit den Teilnehmern durchführen wird.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr Team der „Praxis an der Linde“



Vortrag 1 **10:00 – 10:30 Uhr**

Plötzlicher Herztod – Was sind die Ursachen?

Dr. med. P. Törnberg, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, Praxis an der Linde

Aktive Pause **10:30 – 11:00 Uhr**

Vorstellung der Herzsportgruppe mit Bewegungsübungen

Vortrag 2 **11:00 – 11:30 Uhr**

Die Behandlung von Bluthochdruck und Diabetes mellitus

Dr. med. P. Törnberg, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, Praxis an der Linde

Vortrag 3 **11:30 – 12:00 Uhr**

Herz-Lungen-Wiederbelebung – Wie geht das nochmal?

C. Melotytk, Rettungsdienst im Kreis Heinsberg gGmbH

Pause **12:00 – 12:20 Uhr**

Workshop **12:20 – 13:30 Uhr**

Praktische Übungen der Herz-Lungen-Wiederbelebung für Laien

C. Melotytk, Rettungsdienst im Kreis Heinsberg gGmbH und Y. Gehlen, CPR-Trainerin Fa. Apontis GmbH

Weitere Informationen unter
www.praxis-an-der-linde.de

Diese Veranstaltung wird gefördert durch:

- Novartis Pharma GmbH
- Boehringer Ingelheim Pharma GmbH
- Servier Deutschland GmbH
- UCB Innere Medizin GmbH


www.praxis-an-der-linde.de



Informieren

+ Forschung fördern

+ Vorbeugen



Als unabhängige Patientenorganisation vertreten wir die Interessen der Herzpatienten. Wir klären über Herzkrankheiten auf und fördern die patientennahe Forschung. Mit unseren fundierten und für jedermann 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.html