

Veranstaltungsort:

Universitätsklinikum Essen
Verwaltungsgebäude
Hörsaal 2. Obergeschoss
Hufelandstraße 55
45147 Essen

Tipp

Newsletter der Deutschen Herzstiftung



regelmäßige Experten-Tipps
für die Herzgesundheit

Jetzt kostenfrei abonnieren

- informiert über Aktuelles aus der Herzmedizin
- bietet Rezepte aus der Mittelmeerküche
- beantwortet Fragen von Herzpatienten
- hilft mit praktischen Ratschlägen im Alltag weiter

Einfach anmelden unter

www.herzstiftung.de/Newsletter

Die Deutsche Herzstiftung e.V.

- Brücke zwischen Arzt und Patient
- größte Patientenorganisation im Bereich Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Erster Ansprechpartner für Fragen zur Herzgesundheit
- kompetent und unabhängig

Unsere wichtigsten Aufgaben

- Rat und Information für Herzranke
- Aufklärung über Vorbeugung und Behandlung von Herz-Kreislauf-Krankheiten
- Förderung der patientennahen Herzforschung
- Rat und Hilfe für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit angeborenem Herzfehler
- Präventionsprojekte in Schulen
- Unterstützung von Gesprächs- und Selbsthilfegruppen

Ihre Vorteile als Mitglied

- Die Zeitschrift *HERZ HEUTE*: 4-mal im Jahr mit aktuellen und allgemeinverständlichen Informationen
- telefonische und schriftliche Herzsprechstunde
- Herz-Seminare und Vorträge mit Herzexperten
- Experten-Ratgeber zu den wichtigsten Herzerkrankungen – umfangreich und kostenfrei
- Informationsservice im Internet – www.herzstiftung.de mit persönlichem Zugangsbereich

Der Mitgliedsbeitrag beträgt € 36,- im Jahr (Mindestbeitrag).

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



Sind Sie fit für die
Europameisterschaft 2016?

Fußball und Herzinfarkt



Samstag, 18. Juni 2016
10:00 – 13:00 Uhr

Universitätsklinikum Essen
Verwaltungsgebäude, Hörsaal 2. OG
Hufelandstr. 55, 45147 Essen

Eintritt frei!



**Sehr geehrte Damen und Herren,
liebe Patientinnen und Patienten,**

der Herzinfarkt tritt plötzlich und unerwartet auf. Spannender Fußball kann für Herzpatienten besonders gefährlich sein. Haben Sie Ihren Blutdruck schon einmal während eines Elfmeterschießens gemessen? Es ist nicht verwunderlich, dass während spannender Fußballspiele dreimal häufiger Herznotfälle auftreten.

Erfreulicherweise haben moderne Therapieverfahren das Überleben in den letzten Jahren deutlich verbessert; dennoch gehört der Herzinfarkt immer noch zu den häufigsten Todesursachen.

Wir möchten Sie – lieber Patient, Angehöriger oder Interessierter – rund um den Herzinfarkt informieren, damit Sie einen möglichen Herzinfarkt erkennen und dann richtig reagieren. Zudem möchten wir Sie neben den Vorträgen an speziellen Ständen persönlich darüber informieren, wie Sie Ihr individuelles Herzinfarktrisiko einschätzen können und was Sie aktiv tun können, um dieses zu reduzieren. Dazu bieten wir Ihnen u.a. eine Messung Ihres Blutdrucks und Blutzuckers sowie ein persönliches Gespräch an.

Wir haben ein interessantes Programm für Sie zusammengestellt und freuen uns sehr auf Ihre Teilnahme.

Mit besten Grüßen
Ihr

Univ.-Prof. Dr. Tienush Rassaf

Programm:

10:00 Uhr
Begrüßung und Einführung
Prof. Dr. Tienush Rassaf

10:10 Uhr
**Aufwärmtraining:
Risikofaktoren und Prävention**
Dr. Julia Pohl

10:30 Uhr
„Tor!!“ - Wenn der Blutdruck auf 180 steigt
Dr. Julia Collin

10:50 Uhr
**Rote Karte dem Herzinfarkt!
Richtiges Verhalten im Notfall**
Dr. Heike Hildebrandt

11:10 Uhr
Pause

11:20 Uhr
**Der Ball muss ins Tor:
Therapie des Herzinfarktes**
Dr. Fadi Al-Rashid

11:40 Uhr
Elfmeter: Wenn das Herz zu rasen beginnt
Dr. Amir Mahabadi

12:00 Uhr
**Nachspielzeit: Herzkrank und Fußball –
Was muss ich wissen?**
Dr. Polykarpos-Christos Patsalis

Zusammenfassung
Prof. Dr. Tienush Rassaf



Rahmenprogramm:

**Wir freuen uns ab 12:30 Uhr auf Ihren
Besuch unserer Informationsstände**

- Bluthochdruck
- Blutzuckererkrankung
- Ihr persönliches Herzinfarktrisiko
- Deutsche Herzstiftung

Herzinfarkt

Jede Minute zählt!

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
- 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
- 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.

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

112