

Notfall bei koronarer Herz-Krankheit

Informationen in Leichter Sprache

Bei einer koronaren Herz-Krankheit ist das Herz krank.

Die Abkürzung für koronare Herz-Krankheit ist KHK.

Dieses Informations-Blatt ist für Menschen mit dauerhafter KHK.

Man kann die Krankheit gut behandeln.

Manchmal kann sie trotz Behandlung gefährlich werden.

Dann liegt ein Notfall vor.

Sie können daran sterben.

Bei einem Notfall brauchen Sie sofort Hilfe von einer Notärztin oder einem Notarzt.

Um welche Fragen geht es in diesem Informations-Blatt?

Hier finden Sie Antworten zu den Fragen:

- Was ist eine KHK?
- Wie entsteht bei KHK ein Notfall?
- Wie kann ich mich auf einen Notfall vorbereiten?
- Wie erkenne ich einen Notfall?
- Was kann ich im Notfall tun?

Es gibt noch 2 weitere Informations-Blätter in Leichter Sprache.

Diese beantworten Ihre Fragen zur Behandlung von KHK.

Sie finden diese Informations-Blätter auf der Internet-Seite:

www.patienten-information.de/leichte-sprache

Was macht das Herz?

Das Herz hat lebenswichtige Aufgaben.
Es pumpt das Blut durch den Körper.
So versorgt es den Körper
mit Sauerstoff und Nährstoffen.
Das Blut fließt in Blut-Gefäßen.
Das Herz braucht selbst viel Blut,
damit es ständig pumpen kann.

Was ist eine KHK?

Kleine Blut-Gefäße versorgen das Herz mit Blut.
Diese Blut-Gefäße heißen Herz-Kranz-Gefäße.
Sie liegen wie ein Kranz um das Herz.
In den Herz-Kranz-Gefäßen können sich
kleine Teilchen aus Kalk und Fett ansammeln.
So werden sie langsam immer enger.
Dann verstopfen die Herz-Kranz-Gefäße.
Dadurch fließt weniger Blut zum Herzen.
Das kann zu Schmerzen in der Brust führen.
Die Schmerzen treten oft auf,
wenn Sie sich körperlich anstrengen.
Zum Beispiel beim schnellen Laufen oder Treppen steigen.
Wenn ein oder mehrere Herz-Gefäße verengt oder verstopft sind,
dann nennen es Fachleute eine KHK.
Beachten Sie das Bild auf der nächsten Seite.
Auf dem Bild sehen Sie ein Herz mit Herz-Kranz-Gefäßen.
Sie sehen dort auch ein vergrößertes Bild eines Herz-Kranz-Gefäßes.
Dieses Herz-Kranz-Gefäß ist verstopft.

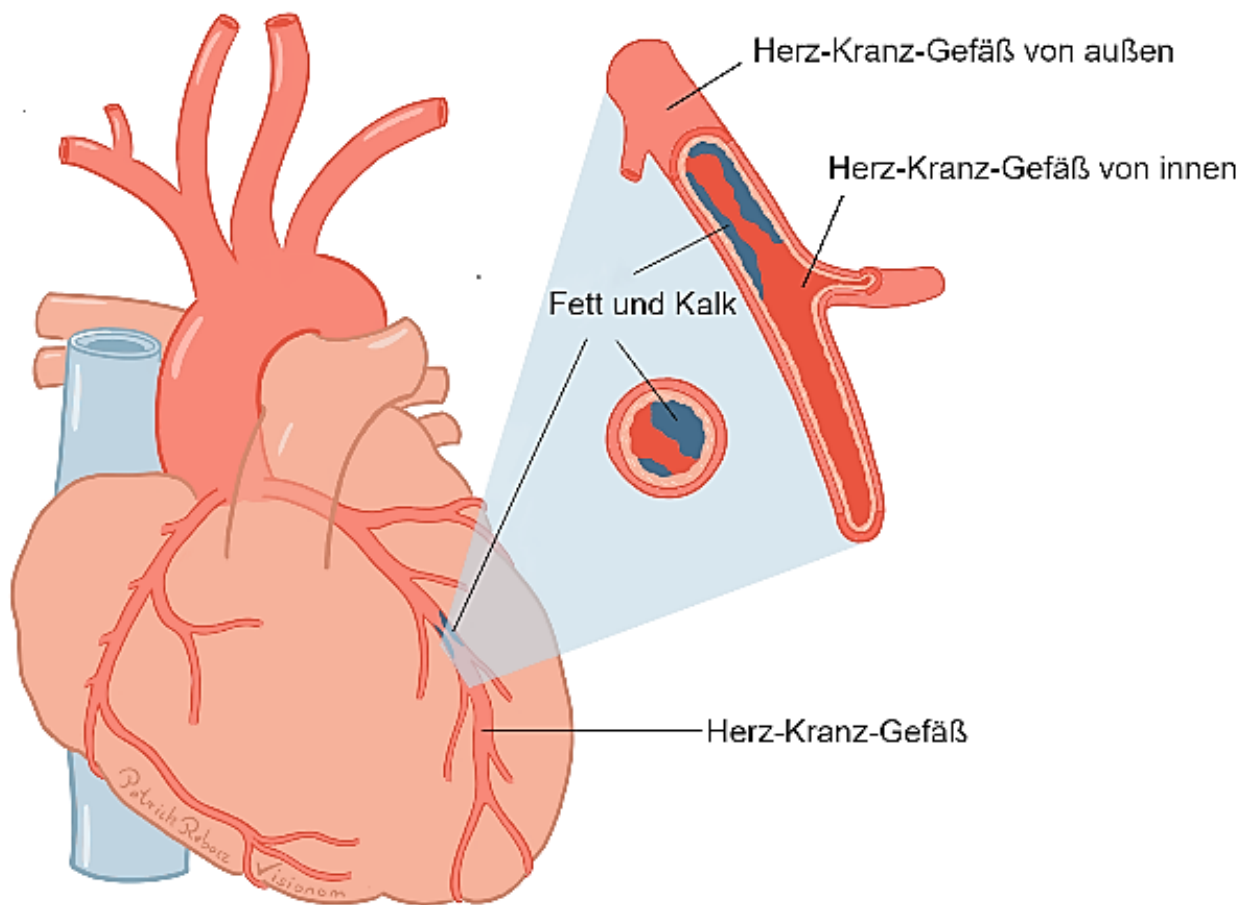


Bild von einem Herz mit Herz-Kranz-Gefäßen
Bild: Patrick Rebacz, www.visionom.de

Wie entsteht bei KHK ein Notfall?

Bei einer dauerhaften KHK verengen sich die Blut-Gefäße sehr langsam. Wenn mit der Zeit immer weniger Blut durch die Gefäße fließt, dann kommt es zu Beschwerden. Diese Beschwerden sind aber kein Notfall.

Wenn ein Blut-Gefäß am Herzen
plötzlich und sehr schnell verstopft,
dann liegt ein Notfall vor.

Bleibt das Blut-Gefäß für mehrere Minuten verstopft,
wird das Herz nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt.

Dabei entstehen Schäden am Herzen.

Fachleute nennen das einen Herz-Infarkt.

Daran kann man sterben.

Das heißt:

In einem Notfall müssen Sie schnell handeln.

Es ist wichtig,

dass das Blut in dem verstopften Blut-Gefäß
schnell wieder fließen kann.

Es kommt auf jede Minute an.

Bei einem Notfall muss man sofort über den **Notruf 112**
eine Notärztin oder ein Notarzt holen.



Foto: © Bobo / Fotolia

Wie kann ich mich auf einen Notfall vorbereiten?

Ein Notfall kommt immer plötzlich.

Es ist gut, wenn Sie dann vorbereitet sind.

Reden Sie mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt.

Ihre Ärztin oder Ihr Arzt erklärt Ihnen,
woran Sie einen Notfall erkennen und
was Sie in einem Notfall tun können.

Folgende Dinge können Sie schon jetzt tun:

- Lassen Sie sich von Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt ein Notfall-Medikament verschreiben, etwa Nitro-Spray oder Nitro-Kapseln. Für diese Notfall-Medikamente brauchen Sie ein Rezept.
- Üben Sie in der Arztpraxis oder in der Apotheke, wie Sie das Notfall-Medikament richtig anwenden.
- Tragen Sie Ihr Notfall-Medikament immer bei sich.
- Haben Sie immer einen Vorrat an Notfall-Medikamenten. Bevor Ihre Medikamente verbraucht sind, sollten Sie sich neue Medikamente holen.
- Sagen Sie Ihren Mitmenschen, dass Sie KHK haben.
- Sagen Sie Ihren Mitmenschen auch, dass die KHK zum Notfall werden kann und dass sie Ihnen dann helfen können. Mitmenschen können bei einem Notfall zum Beispiel den **Notruf 112** wählen oder eine Herz-Druck-Massage machen.

- Schreiben Sie einen Zettel mit allen Medikamenten, die Sie nehmen.
Schreiben Sie auch die Telefon-Nummer von Ihrer Arztpraxis darauf.
Tragen Sie diesen Zettel immer bei sich.
Legen Sie diesen Zettel in Ihre Geld-Tasche.
Im Notfall kann jemand diesen Zettel finden und Ihnen dann schnell helfen.

Wie erkenne ich einen Notfall?

Einen Notfall können Sie an diesen Beschwerden erkennen:

- Sie haben starke Schmerzen vorne in der Brust.
- Diese Schmerzen können sich ausbreiten, zum Beispiel bis in den Hals, den Kiefer, die Arme oder den Oberbauch.
- Ihre Brust fühlt sich sehr eng an, wie ein starker Druck.
- Sie bekommen sehr schlecht Luft.
- Sie schwitzen plötzlich stark und Ihr Schweiß ist kalt.
- Ihr Gesicht hat eine blass-graue Farbe.
- Ihnen ist übel und Sie übergeben sich.
- Sie haben Todes-Angst.

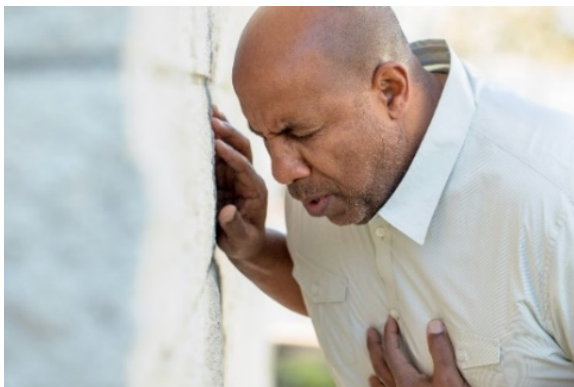


Foto: © pixelheadphot- stock.adobe.com



Ein Notfall kann vorliegen, wenn

- die Beschwerden der KHK ungewöhnlich stark sind.
Und wenn Ruhe und das Notfall-Medikament Ihnen nicht helfen.
- die Beschwerden der KHK mehr als 20 Minuten andauern.

Vielleicht wissen Sie nicht:

Sind das die üblichen Beschwerden der KHK?

Oder ist es schlimmer?

Wenn Sie unsicher sind,

dann rufen Sie den **Notruf 112**.

Die Fachleute helfen Ihnen.

Was kann ich im Notfall tun?

Ein Notfall ist lebensbedrohlich.

Man kann sterben.

Rufen Sie **sofort** den **Notruf 112**.

Der Anruf ist immer kostenfrei.

Sagen Sie am Telefon:

- Ihren Namen
- dass Sie KHK haben
- was Ihnen weh tut
- ob Sie Luft bekommen
- an welchem Ort Sie sind, am besten mit Straße und Hausnummer

Dann kann es etwa 10 bis 15 Minuten dauern,
bis der Kranken-Wagen kommt.

Versuchen Sie, ruhig zu bleiben.

Nehmen Sie Ihr Notfall-Medikament ein,
etwa Ihr Nitro-Spray.



**Special
Olympics
Deutschland**



Befreien Sie sich von enger Kleidung.

Öffnen Sie enge Oberteile,
etwa ein Hemd oder einen BH.

Dann bekommen Sie besser Luft.

Wenn Sie alleine zu Hause sind,
dann öffnen Sie die Wohnungstür oder die Haustür.

So kommt die Notärztin oder der Notarzt
ungehindert zu Ihnen.

Wer hat dieses Informations-Blatt gemacht?

Dieses Informations-Blatt ist vom

Ärztlichen Zentrum für Qualität in der Medizin, kurz ÄZQ.

Das ÄZQ ist eine Gruppe von Fachleuten für Gesundheit.

Die Informationen auf diesem Blatt sind zuverlässig und aktuell.

Mehr über das ÄZQ erfahren Sie unter:

www.patienten-information.de

Oder Sie schreiben dem ÄZQ eine E-Mail an:

patienteninformation@azq.de

Für die Texte in Leichter Sprache arbeitet das ÄZQ

zusammen mit Special Olympics Deutschland, kurz SOD.

SOD ist die größte Sport-Organisation

für Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung.

SOD kennt sich besonders gut aus

mit Sport und Gesundheit bei Menschen mit geistiger Behinderung.

Mehr Informationen zum Thema Gesundheit in Leichter Sprache

finden Sie unter: www.gesundheit-leicht-verstehen.de

Den Original-Text zu diesem Informations-Blatt

finden Sie unter: www.patienten-

information.de/kurzinformationen/koronare-herzkrankheit-notfall

Stand: Mai 2021