Gesunde Gefäße-
gesundes HERZ

Den Herzinfarkt vermeiden

Wenn das Herz nicht mehr richtig durchblutet wird:
Verengte Herzgefäße erkennen und behandeln

Psyche - die Rolle der Angehörigen - Sport/Bewegung

Herzseminar für Rehabilitierende, Angehörige und Interessierte
im Rahmen der Herzwochen
der Deutschen Herzstiftung

Herzseminar am 12.11.2025
17:30 - 19:30 Uhr

Klinik Roderbirken
Roderbirken 1
42799 Leichlingen

Leitung:
Dr. Tobias Gampert
Ärztlicher Direktor

Eintritt frei

Klinik Roderbirken
...am Puls des Menschen
Eine Klinik der Deutschen Rentenversicherung Rheinland

Gut fürs Herz.
Deutsche Herzstiftung

Koronare Herzkrankheit und Herzinfarkt

Die Koronargefäße (Herzkranzgefäße) sind die Benzinleitungen des Herzens. Der Begriff koronare Herzkrankheit (KHK) umfasst Erkrankungen dieser Gefäße. Folglich kann das Herz (der Herzmuskel = Myokard) nicht mehr ausreichend mit nähr- und sauerstoffreichem Blut versorgt werden.

Ablagerungen (Plaques) in diesen Gefäßen können die Durchblutung des Herzmuskels zunehmend beinträchtigen und dadurch Beschwerden wie Brustenge (Angina pectoris) auslösen. Im schlimmsten Fall kann es durch einen vollständigen Gefäßverschluss zu einem Herzinfarkt und dem Absterben von Herzmuskelgewebe kommen.

Oft werden erste Warnzeichen nicht erkannt, als harmlos abgetan oder nicht mit dem Herzen in Verbindung gebracht. Auch das hohe Schadenspotenzial der KHK wird häufig unterschätzt und leider erst ernst genommen, wenn bereits ein Herzinfarkt eingetreten ist. Das gilt auch für die Begleiterkrankungen wie Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen oder Diabetes mellitus, die solche Ablagerungsprozesse (Atherosklerose) in den Gefäßen begünstigen.

Das ist umso bedauerlicher, da zahlreiche Möglichkeiten vorhanden sind, um der KHK wirksam entgegenzuwirken. Dazu gehören ein gesunder Lebensstil, Medikamente sowie interventionelle und operative Verfahren.

Die KHK ist eine lebensbedrohliche chronische Erkrankung, die entschlossenes Handeln erfordert. Wie das am besten gelingt - darüber wollen wir in dieser Veranstaltung informieren.

Sie werden selbstverständlich auch die Gelegenheit haben, sich mit Ihren Fragen an uns zu wenden. Wir freuen uns auf Ihre Teilnahme.

Mit herzlichen Grüßen

Themen und Referenten:

Begrüßung
Dr. Tobias Gampert
Ärztl. Direktor, Klinik Roderbirken

Einführung in die Thematik
Monika Henke
Oberärztin, Klinik Roderbirken

Angst und Depression bei KHK
Claudia Kettner
Psychol. Psychotherapeutin, Klinik Roderbirken

Pause – 15 min

Die Rolle der Angehörigen
Peter Thönes
Dipl.-Psychologe, Klinik Roderbirken

KHK und Sport/Bewegung
Dr. Roland Nebel
Oberarzt, Klinik Roderbirken

Abschlussdiskussion

Zusammenfassung

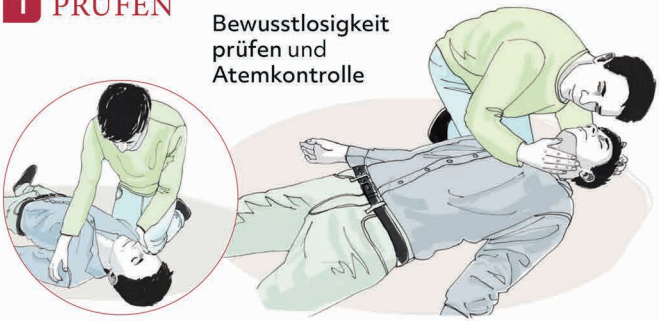
Verabschiedung
Dr. Tobias Gampert
Ärztl. Direktor, Klinik Roderbirken

Nach jedem Vortrag haben Sie Gelegenheit,
Fragen an die Referenten zu stellen.

Wiederbelebung – ganz einfach erklärt.

1 PRÜFEN

Bewusstlosigkeit prüfen und Atemkontrolle

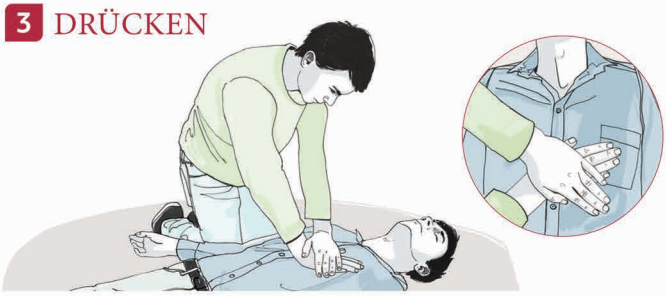


Gibt es eine Reaktion auf lautes Rufen und Schütteln?
Fehlende/abnormale Atmung (keine Brustkorbbewegung)

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!

Bildnachweis: Illustrationen Nina Schneider

Hilfreiche Broschüren & Ratgeber

Informieren Sie sich über die Vorbeugung und Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Bestellen Sie kostenlos die Expertenschriften der Deutschen Herzstiftung e. V.

- fundiert und unabhängig
- auf dem neuesten Stand der Medizin

Einfach unter Telefon **069 955128-400,** per E-Mail **bestellung@herzstiftung.de** oder unter **www.herzstiftung.de/bestellung anfordern.**

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

www.herzstiftung.de

Gut fürs Herz.
Deutsche Herzstiftung

Information:

Klinik Roderbirken
Roderbirken 1
Schulungsraum U81, Etage U1
Frau Skorubski
Telefon: 02175 82-4011
Telefax: 02175 82-1962
info@klinik-roderbirken.de
www.klinik-roderbirken.de

Informieren. Vorbeugen. Forschung fördern.

Als unabhängige Patientenorganisation vertreten wir die Interessen der Herzpatienten. Wir klären über Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf und fördern die patientennahe Forschung. Mit unseren fundierten und 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

Gut fürs Herz.
Deutsche Herzstiftung

Nichts mehr verpassen!

Newsletter der Deutschen Herzstiftung

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