



Impfschutz für Herzpatienten

Covid-19 • Grippe • Pneumokokken



 Deutsche
Seniorenliga e.V.

Signatur

INHALT

	Seite
Vorwort	3
Schützen Sie sich!	4
Warum sind Impfungen bei Herzerkrankungen so wichtig?	5
Impfschutz gegen Covid-19	7
Alles spricht für die Coronaimpfung	10
Weitere Impfeempfehlungen	12
Impfung gegen Grippe	12
Impfung gegen Pneumokokken	16
Geben Sie gut auf sich acht!	18
Erkennen Sie Alarmsignale!	19
Gehen Sie frühzeitig zum Arzt!	20
Anhang	22

Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird in der Broschüre auf die gleichzeitige Verwendung der Sprachformen männlich, weiblich und divers (m/w/d) verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

VORWORT



Prof. Dr. med. Stephan Baldus
Direktor der Kardiologie im
Herzzentrum der Uniklinik Köln,
Präsident der Deutschen
Gesellschaft für Kardiologie (DGK)



Prof. Dr. med. Dietrich Andresen
Vorsitzender der Deutschen
Herzstiftung e. V.

Liebe Leserin, lieber Leser,

in Zusammenhang mit der Covid-19-Pandemie und der Impfkampagne ist in den letzten Monaten immer wieder von Risikogruppen die Rede. Hier geht es um Patienten, die besonders anfällig für eine Erkrankung sind. Sie bedürfen daher eines optimalen Schutzes vor dieser Erkrankung.

Im Falle von Covid-19 zählen Patienten mit einer Herzerkrankung ohne Frage zum besonders gefährdeten Personenkreis. Sie haben ein höheres Risiko für schwere Krankheitsverläufe und Langzeitfolgen. Für Herzpatienten ist die Impfung daher eine sehr wichtige Schutzmaßnahme – und was aktuell für Covid-19 gilt, trifft auch auf andere Infektionserkrankungen zu.

Auf den folgenden Seiten erfahren Sie, warum Herzpatienten besonders infektanfällig und gefährdet für einen komplizierten Verlauf der Infektionskrankheit sind und ihnen daher dringend zu Impfungen geraten werden muss. Impfschutz und die frühzeitige Inanspruchnahme therapeutischer Hilfe tragen erheblich dazu bei, Gesundheitsrisiken zu senken und langfristig Lebensqualität zu erhalten. Also – lassen Sie sich beraten und entsprechend den aktuellen Empfehlungen impfen!

SCHÜTZEN SIE SICH!



Schützen Sie sich!

Ein bemerkenswertes, ungewohntes Phänomen: Wohl nie zuvor ließen sich bei Impfterminen so viele dankbare, erleichterte, ja geradezu glückliche Menschen beobachten wie bei den Ende 2020 angelaufenen Impfungen gegen Covid-19, den „Coronaimpfungen“. Endlich geimpft, endlich geschützt!

Im Unterschied dazu werden viele medizinische Maßnahmen, auch sonstige Impfangebote, häufig eher verhalten angenommen. Selbst gegenüber der Coronaimpfung besteht bei manchen noch Zurückhaltung. Impfungen sind jedoch wichtige Pfeiler der Gesundheitsvorsorge. Sie sind ein wirksamer Schutz vor Infektionen durch Krankheitserreger und daraus folgenden Komplikationen. Daher sollten Sie keine der empfohlenen Impfungen vernachlässigen oder vergessen, sondern wertschätzen und das Impfangebot wahrnehmen.

Diese dringende Empfehlung richtet sich besonders an Patienten mit Herzerkrankungen. Viele Herzerkrankungen dauern oft lange an, sind nicht oder zumindest schwer

heilbar bzw. es lassen sich oft nicht die Ursachen, sondern lediglich die Beschwerden behandeln.

Häufige Herzerkrankungen:

- koronare Herzkrankheit, abgekürzt: KHK (Verkalkung [Arteriosklerose] der Herzkranzgefäße [Koronararterien]; die KHK ist die Grunderkrankung, aus der ein Herzinfarkt entstehen kann, und eine der möglichen Ursachen für Herzschwäche)
- Kardiomyopathien (Erkrankungen des Herzmuskels)
- Herzinsuffizienz (Herzschwäche)
- Herzklappenerkrankungen
- Herzrhythmusstörungen (insbesondere Vorhofflimmern)
- Hypertonie mit hypertensiver Herzerkrankung

Warum sind Impfungen bei Herzerkrankungen so wichtig?

Herzerkrankungen bedeuten eine Gesundheitsbelastung nicht nur für das Herz selbst, sondern für den gesamten Organismus. So kann etwa das körpereigene Abwehrsystem, unser Immunsystem, durch die Krankheit derart belastet sein, dass die Anfälligkeit für Infektionen durch Viren oder Bakterien deutlich erhöht ist.

Vor allem aber: Kommt es bei Herzkranken zu einer Infektion, kann diese bedrohlich werden und schwere Verläufe nehmen. Denn die Krankheitserreger schwächen das vorgeschädigte Herz bzw. Herz-Kreislauf-System zusätzlich – sei es direkt oder auch indirekt über den Befall anderer Organe wie etwa der Lunge.

Eine Rolle spielt zudem das Lebensalter: Je älter man ist, desto schlechter reagiert das Immunsystem und desto ausgeprägter ist die Infektanfälligkeit, was dann wiederum

SCHÜTZEN SIE SICH

zu einem erhöhten Risiko für schwere Krankheitsverläufe führt. Vielen älteren Menschen fehlen schlicht und einfach die Kraftreserven, um Krankheitserregern wirkungsvoll etwas entgegensetzen zu können.

! Darum: Wenn Sie zur Risikogruppe gehören, dann lassen Sie sich impfen!

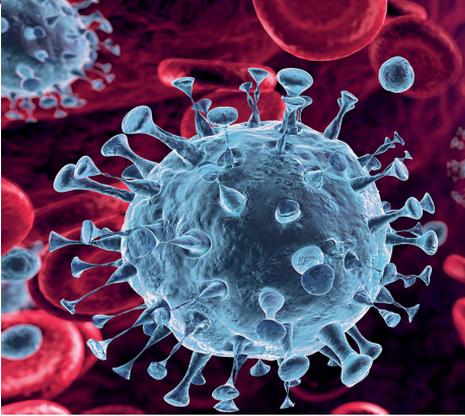
Dringend empfohlene Impfungen für Herzranke

Die ständige Impfkommision (STIKO) am Robert Koch-Institut (RKI) spricht auf Grundlage wissenschaftlicher Erkenntnisse Impfempfehlungen für die Bevölkerung aus. Dabei werden sehr genau der Nutzen einer solchen Impfung und die möglichen Risiken aufgrund von Impfreaktionen und Nebenwirkungen abgewogen. Die Empfehlungen werden regelmäßig überprüft und aktualisiert. Zwar gibt es für „Herzpatienten“ keine speziellen Impfempfehlungen. Medizinische Experten wie etwa von der Deutschen Herzstiftung e. V. halten aber bei Herzerkrankungen vor allem drei Impfungen für dringend angeraten:

- Coronaimpfung
- jährliche Gripeschutzimpfung
- Pneumokokkenimpfung (Auffrischung nach 6 Jahren Mindestzeitabstand)

Zudem sollten die nötigen Basisimpfungen vorhanden sein, also gegen Masern, Mumps, Röteln, Keuchhusten (Pertussis), Tetanus und Diphtherie.





Impfschutz gegen Covid-19

Covid-19 wird durch ein Virus mit Namen SARS-CoV-2 ausgelöst. Das Virus, das Anfang 2020 erstmalig als Auslöser einer neuen, schweren Atemwegserkrankung identifiziert wurde, hat sich innerhalb weniger Monate über den gesamten Globus ausgebreitet. Das Risiko einer Ansteckung ist hoch.

Steckbrief Coronavirus

SARS-CoV-2 (Abkürzung für: Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus type 2) ist ein neuartiges Virus aus der Familie der Coronaviren.

Die Weiterverbreitung erfolgt vor allem über Tröpfcheninfektion (beim Husten, Niesen), weniger über Schmierinfektion (z. B., wenn Erreger von Hand zu Hand bzw. von Hand zu Mund weitergegeben werden).

SARS-CoV-2 ist Auslöser der Infektionskrankheit Covid-19 (Abkürzung für: Coronavirus Disease 2019; im deutschsprachigen Raum umgangssprachlich auch einfach „Covid“ oder „Corona“).

Eine Infektion mit SARS-CoV-2 kann ganz unterschiedliche Symptome verursachen – von leichter Abgeschlagenheit über Schnupfen, trockenen Husten, Halsschmerzen bis hin zu Geruchs- und Geschmacksstörungen, Fieber und schweren Atembeschwerden bei Belastung und auch in Ruhe.

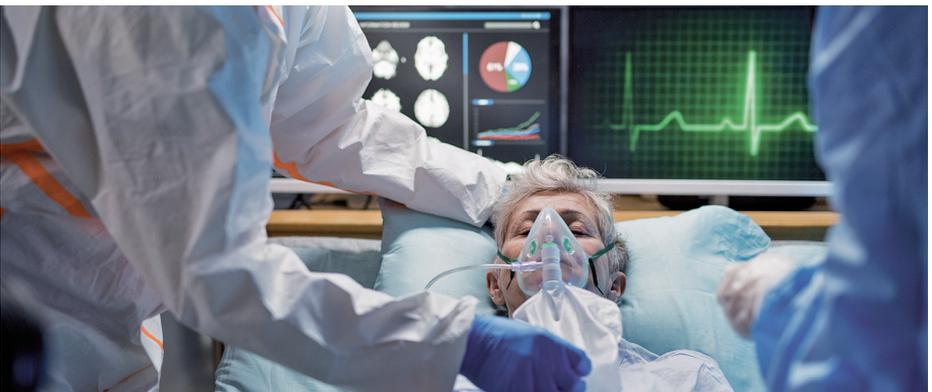
! Menschen mit einer Herzerkrankung gehören zu den Risikopatienten bei Covid-19-Infektionen. Das heißt, sie haben ein erhöhtes Risiko für einen schweren Covid-19-Krankheitsverlauf.

IMPFSCHUTZ GEGEN COVID-19

Das Coronavirus kann das Herz indirekt und direkt schädigen und damit den allgemeinen Gesundheitszustand verschlechtern sowie eine bestehende Herzerkrankung verschlimmern:

- Das Coronavirus kann eine Lungenentzündung verursachen. Infolge der Lungenentzündung wird das Blut in der Lunge nicht mehr ausreichend mit dem eingeatmeten Sauerstoff angereichert. Damit die Organe dennoch mit der nötigen Menge an Sauerstoff versorgt werden, muss das Herz mehr Blut pumpen.
- Das Coronavirus kann das Herz direkt angreifen und schädigen, indem es etwa die Blutgefäße des Herzens (Koronararterien) schädigt, die den Herzmuskel mit Blut und Sauerstoff versorgen.

Die Folgen: Das Herz ist überlastet. Es kann den infektbedingt erhöhten Anforderungen nicht mehr gerecht werden. Der körperliche Allgemeinzustand verschlechtert sich. Zugleich kann die Mehrarbeit und Überforderung des Herzens zur Verstärkung einer bereits vorhandenen Herzerkrankung führen. Erschwerend kommt hinzu, dass Herzkrankte häufig weitere chronische Krankheiten wie Bluthochdruck oder Diabetes mellitus haben und damit gleich in mehrfacher Hinsicht Covid-19-Risikopatienten sind.



Vor allem bei einer schweren Atemwegsinfektion, bei der eventuell künstlich beatmet werden muss, können gravierende Schäden am Herzen auftreten bzw. vorbestehende Herzerkrankungen sich deutlich verschlimmern. Dazu gehören z. B.:

- kardiovaskuläre Erkrankungen der Blutgefäße (die das Herz mit notwendigem Blut und Sauerstoff versorgenden Blutgefäße sind geschädigt)
- Herzmuskelentzündung
- akuter Herzinfarkt (bei Patienten mit vorgeschädigten Blutgefäßen des Herzens erhöht SARS-CoV-2 das Risiko für plötzliche Gefäßverschlüsse deutlich)
- Herzschwäche
- Herzrhythmusstörungen

Nicht zu vergessen sind die möglichen Langzeitfolgen einer Covid-19-Erkrankung (Long-Covid- oder Post-Covid-Syndrom). Nach überstandener akuter Phase berichten Betroffene über Kopf- und Gliederschmerzen, anhaltende Müdigkeit, chronische Erschöpfung, Konzentrationsstörungen, verminderte Leistungsfähigkeit, Atemprobleme, Geschmacks- und Geruchsstörungen. Ob und wie diese Symptome behandelt werden können und ob weitere Spätfolgen auftreten, wird sich erst in den nächsten Monaten und Jahren zeigen. Studien legen allerdings nahe, dass schwere Krankheitsverläufe und auch Vorerkrankungen solche Langzeitsymptome wahrscheinlicher machen.

! Covid-19 ist also nicht nur eine Atemwegs-/Lungenerkrankung! Sie kann auch das Herz bzw. Herz-Kreislauf-System beeinträchtigen – das bei Herzpatienten ohnehin geschwächt ist und nun zusätzlich belastet und geschädigt wird.

Deshalb: Lassen Sie sich als Herzpatient unbedingt gegen Corona schutzimpfen!

IMPFSCHUTZ GEGEN COVID-19



Alles spricht für die Coronaimpfung

Möglicherweise haben Sie, vielleicht gerade auch als Herzpatient, Bedenken gegenüber der Coronaimpfung und fürchten mögliche Impfreaktionen bzw. Nebenwirkungen. Herzerkrankungen sind jedoch kein Hindernis für eine Impfung. Vielmehr ist die Impfung angesichts der Gefährlichkeit von Covid-19 gerade für Risikopatienten besonders sinnvoll. Experten raten herzkranken Menschen entschieden zur Impfung mit einem der zugelassenen Impfstoffe, seien es nun mRNA-Impfstoffe oder Vektor-Impfstoffe. Welcher Impfstoff für Sie der richtige ist, sollten Sie vorab mit Ihrem Arzt besprechen. Alle Impfstoffe bieten eine gleich gute Schutzwirkung vor schweren Krankheitsverläufen und werden in der Regel gut vertragen. Das belegen Daten millionenfacher Coronaimpfungen weltweit, darunter Impfungen an zahllosen Patienten mit Herzerkrankungen oder Bluthochdruck.

Nach der Impfung kann es zu Impfreaktionen kommen. Zu den typischen Beschwerden gehören:

- Schmerzen an der Einstichstelle
- Abgeschlagenheit
- Kopfschmerzen
- (seltener) Fieber

Solche auch von anderen Impfungen bekannten Reaktionen sind zwar nicht angenehm, aber kein Grund zur Besorgnis – im Gegenteil: Sie zeigen an, dass die Impfung wirkt und das Immunsystem darauf reagiert. Meist verschwinden die

Bitte beachten Sie:

- Sprechen Sie mit Ihrem behandelnden Arzt über die Coronaimpfung. Sowohl die Art des Impfstoffes als auch der Impftermin sollten mit ihm abgestimmt sein. Klären Sie mögliche Fragen zur Medikation rund um die Impfung.
- Bringen Sie Ihren Medikationsplan mit zur Impfung.
- Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, dürfen Sie diese nicht eigenmächtig absetzen. Das gilt auch für Gerinnungshemmer.
- Gerinnungshemmer erhöhen das Blutungsrisiko. Um dieses Risiko bei der Impfung zu minimieren, sollten Sie den Impfarzt auf Ihren Gerinnungshemmer hinweisen. Er wird dann eine sehr feine Injektionskanüle verwenden. Nach der Impfung sollten Sie 5 Minuten auf die Einstichstelle drücken und 30 Minuten nachbeobachtet werden.
- Falls zur Impfung ein zweiter Impftermin gehört, nehmen Sie auch diesen unbedingt wahr, damit Sie einen vollständigen Impfschutz haben.

Impfreaktionen schon nach sehr wenigen Tagen wieder. Und was ernsthafte mögliche Nebenwirkungen der Coronaimpfung anbetrifft: Bei diesen Impfkomplicationen wie überschießender allergischer Reaktion oder Hirnvenenthrombose handelt es sich um extrem seltene Fälle. Außerdem können Vorsichts- und Verhinderungsmaßnahmen das äußerst niedrige Risiko solcher Komplikationen noch weiter senken. Vor allem aber gilt, und das ist das Entscheidende:

! Die Schutzwirkung der Coronaimpfung überwiegt das Nebenwirkungsrisiko bei Weitem! Gerade Herzpatienten haben angesichts des hohen Risikos lebensbedrohlicher Covid-19-Verläufe einen besonders deutlichen Nutzen von der Coronaimpfung.

Weitere Impfempfehlungen

Auch andere Infektionserkrankungen, insbesondere solche, die mit Lungenentzündungen einhergehen können, stellen für herzkranke Patienten ein hohes Risiko dar. Gerade während der Coronapandemie ist es wichtig, den Gesundheitszustand zu stabilisieren. Ein entsprechender Impfschutz ist daher unbedingt empfehlenswert.



Steckbrief Influenza

Grippe (Influenza) wird – im Unterschied zu banalen grippalen Erkältungserkrankungen – von Influenza-A- und Influenza-B-Viren verursacht.

Die Virusverbreitung erfolgt vor allem über Tröpfcheninfektion (beim Husten, Niesen), aber auch über Schmierinfektion (etwa Weitergabe des Virus beim Händereichen über die Hand, in die wir gehustet oder geniest oder mit der wir uns die Nase geputzt haben).

Impfung gegen Grippe

Grundsätzlich besteht bei jeder Grippeerkrankung ein Risiko für Komplikationen wie Lungenversagen und Herzmuskelentzündung. Patienten mit Herzerkrankungen, vor allem mit Herzschwäche und fortgeschrittenen Herz-

erkrankungen, sind jedoch besonders gefährdet. Für sie kann die Erkrankung einen schweren bis lebensbedrohlichen Verlauf nehmen. Denn in einem körperlich ermatteten Zustand sind diese Patienten für Grippeviren und dadurch ausgelöste schwere Erkrankungen sehr anfällig. Die Grippeviren können – auch in Verbindung mit zusätzlichen bakteriellen Erregern (z. B. Pneumokokken) – eine Lungenentzündung verursachen. Diese gefürchtete Komplikation kann wiederum zu einer dramatischen Schädigung bzw. Verschlechterung der Herzfunktion führen. Zudem können Grippeviren das Herz auch unmittelbar schädigen.

Mögliche Folgen am vorgeschädigten Herzen können z. B. sein:

- Herzinfarkt
- Herzschwäche
- Herzmuskelentzündung

Hohes Risiko für Herzinfarkt und Herzkomplikationen durch Influenza

- Sehr viele der mit Grippe in Kliniken eingelieferten Patienten haben vorbestehende Herzerkrankungen.
- Eine klinische Studie aus dem Jahr 2018 kam zu dem Ergebnis: Innerhalb einer Woche nach bestätigter Grippeinfektion war das Herzinfarktisiko 6-mal höher. Am ausgeprägtesten zeigte sich das bei älteren Patienten, die bereits einen ersten Herzinfarkt hatten.
- Eine weitere Studie mit 80 000 Patienten, die von 2010/2011 bis 2017/2018 mit Grippe in Kliniken eingeliefert worden waren, zeigte plötzliche, gravierende Herzkomplikationen bei ca. 12 Prozent dieser Patienten.

WEITERE IMPFEMPFEHLUNGEN

Grippeimpfung kann bei Herzschwäche Leben retten

Wie wichtig eine Grippeimpfung für Patienten mit Herzschwäche sein kann, zeigt eine Studie aus Dänemark. Die Studienteilnehmer wurden nach Feststellung ihrer Herzschwäche beobachtet. Es stellte sich heraus: In der Gruppe mit Patienten, die mindestens einmal eine Grippeimpfung erhalten hatten, war die Anzahl der Todesfälle (Mortalität) ca. 18 Prozent niedriger als bei den Nichtgeimpften. Das galt sowohl für die Gesamt- als auch die kardiovaskuläre Mortalität. Je regelmäßiger die Impfung über die Jahre hin erfolgte, desto mehr verringerte sich das Sterberisiko.

Neben den unmittelbaren bedrohlichen Folgen der Grippeerkrankung ist das Risiko hoch, dass der Gesundheitszustand langfristig beeinträchtigt und die körperliche Leistungsfähigkeit eingeschränkt bleibt. Damit steigt, insbesondere bei älteren Patienten, das Risiko für Gebrechlichkeit und Pflegebedürftigkeit.

! Deshalb: Lassen Sie sich als Herzpatient unbedingt jedes Jahr gegen Grippe schutzimpfen!



Der Grippeimpfstoff ist überwiegend ein „Totimpfstoff“. Ein Totimpfstoff enthält abgetötete, nicht mehr vermehrungsfähige Erreger bzw. Teile davon und kann deshalb keine Grippe mehr hervorrufen. Der Geimpfte kann auch keine Impfviren mehr an andere weiterverbreiten.

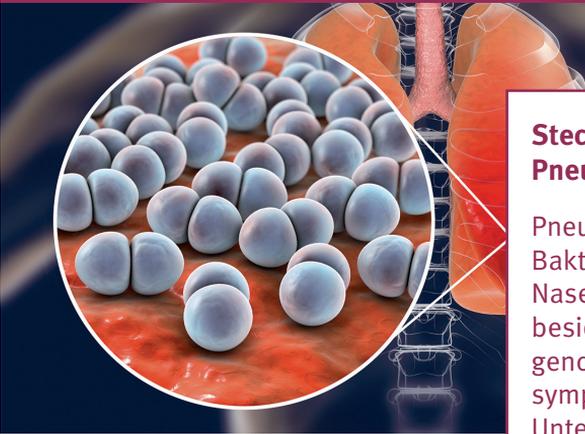
Wegen dauernder leichter Veränderungen bei den Viren muss der Impfstoff den jeweils aktuell im Umlauf befindlichen Virenstämmen angepasst werden, um wirksam zu bleiben. Gemäß den Empfehlungen der WHO (Weltgesundheitsorganisation) wird der Impfstoff in jeder Grippesaison neu zusammengestellt. Damit ist für die Bevölkerung jährlich eine Neuimpfung gegen Grippe erforderlich.

Meist wird die Grippeimpfung gut vertragen. Vorübergehend kann die Einstichstelle gerötet oder geschwollen sein oder leicht schmerzen. Manchmal treten auch Müdigkeit, Frösteln, Fieber, Kopfschmerzen, Glieder- und Muskelschmerzen und andere erkältungsähnliche Symptome auf. Diese sind in der Regel aber nach wenigen Tagen wieder verschwunden.

Bitte beachten Sie:

- Lassen Sie sich – immer in Absprache mit Ihrem behandelnden Arzt – jährlich vorzugsweise im Oktober oder November gegen Grippe impfen. Hat die Grippewelle noch nicht oder gerade erst eingesetzt, kann auch eine spätere Impfung Anfang des neuen Jahres durchaus Sinn machen.
- Die Impfung erfolgt in der Regel in die Muskulatur des Oberarms (wie auch bei der Coronaimpfung), bei der Grippe kann sie aber außerdem subkutan („unter die Haut“) erfolgen, was z. B. bei Patienten, die Gerinnungshemmer nehmen, sinnvoll sein kann.

WEITERE IMPFEMPFEHLUNGEN



Impfung gegen Pneumokokken

Bakteriell verursachte Lungenentzündungen werden häufig durch Pneumokokken ausgelöst. Lungenentzündungen wiederum sind oftmals für eine Herzschwäche verantwortlich bzw. verschlechtern eine schon bestehende Herzschwäche. Herzkranke sind also Risikopatienten mit erhöhtem Risiko für einen schweren Krankheitsverlauf bei Pneumokokkeninfektionen.

Besonders gefürchtet ist eine sogenannte Superinfektion mit Pneumokokken. Das bedeutet, dass die Pneumokokkeninfektion unmittelbar auf einen Virusinfekt, z. B. mit dem Coronavirus oder mit Grippeviren, folgt. In diesen

Steckbrief Pneumokokken

Pneumokokken sind Bakterien, die den Nasen-Rachen-Raum besiedeln und überwiegend keine Krankheitssymptome verursachen. Unter ungünstigen Umständen können sie jedoch schwere Krankheiten auslösen, u. a. Entzündungen von Nasennebenhöhlen, Mittelohr oder Hirnhaut, eine Blutvergiftung oder eine Lungenentzündung.

Es existieren sehr unterschiedliche Arten von Pneumokokken. Gegen einige davon ist eine Impfung möglich.

Bis vor wenigen Jahren war man noch der Meinung, dass Pneumokokken nur über Husten und Niesen verbreitet werden können (Tröpfcheninfektion). Inzwischen weiß man, dass die Übertragung auch durch Kontakt zwischen Hand und Nase möglich ist (Schmierinfektion).

Fällen kann es zu schweren Komplikationen mit lebensbedrohlichem Verlauf kommen.



Deshalb: Lassen Sie sich als Herzpatient unbedingt gegen Pneumokokken schützen!

Als Impfstoff wird ein Polysaccharid-Impfstoff verwendet, der seine Schutzwirkung gegenüber 23 der wichtigsten Pneumokokkentypen entfaltet. Die Dauer des Impfschutzes ist allerdings begrenzt. Daher wird Menschen mit erhöhtem Risiko für schwere Verläufe einer Pneumokokkenerkrankung meistens eine Wiederholungsimpfung zur Auffrischung empfohlen. Diese erfolgt frühestens 6 Jahre nach der Erstimpfung. Ob eine Auffrischung für Sie sinnvoll ist, wird Ihr Arzt beurteilen und mit Ihnen besprechen.

Die möglichen Impfreaktionen bei der Pneumokokkenimpfung entsprechen denen bei Corona- und Grippeimpfung: Es können Rötung, Schwellung, Schmerzen an der Einstichstelle sowie Allgemeinsymptome wie Kopfschmerzen, Fieber, Mattigkeit, Muskel- und Gelenkschmerzen auftreten. Diese Beschwerden sind aber meist schon innerhalb weniger Tage wieder verschwunden.

Bitte beachten Sie:

- Die Injektion des Impfstoffs erfolgt normalerweise in die Muskulatur des Oberarms, kann aber auch subkutan („unter die Haut“) erfolgen.
- Die Pneumokokkenimpfung wird als Standardimpfung für Menschen über 60 Jahre empfohlen. Auch hier prüft der Arzt, ob eine Auffrischungsimpfung nach 6 Jahren nötig ist.

GEBEN SIE GUT AUF SICH ACHT!



Geben Sie gut auf sich acht!

Wenn Sie an einer Herzerkrankung leiden, ist es wichtig, dass Sie Ihre Risiken kennen und in Ihrem Alltag die Erkrankung berücksichtigen. Ihr Arzt wird Sie auf die Bedeutung eines gesunden Lebensstils (Verzicht auf Rauchen, Vermeidung bzw. Abbau von Übergewicht, ausgewogene Ernährung, regelmäßige Bewegung wie z. B. tägliche Spaziergänge) hingewiesen haben. Außerdem ist es wichtig, dass Sie die verordneten Herz-Kreislauf-Medikamente genau so, wie mit Ihrem Arzt besprochen, einnehmen. Ohne Rücksprache mit dem Arzt und medizinische Kontrolle kann das Absetzen der Medikamente oder eine Reduzierung der Dosis unabsehbare Folgen haben.

Denken Sie daran, dass Sie als Risikopatient stets besonders gefährdet sind und schon leichte Infekte schwere Schädigungen Ihrer Herzfunktion verursachen können. Beugen Sie daher Infektionen vor. Das bedeutet, dass Sie neben den empfohlenen Impfungen unbedingt die Hygieneregeln einhalten sollten: Halten Sie während der Coronapandemie und auch während einer Grippe- und Erkältungswelle ausrei-

chend Abstand zu anderen Menschen und tragen Sie, wenn es eng wird, einen Mund-Nasen-Schutz. Besuchen Sie keine Menschen, die gerade an einer ansteckenden Krankheit leiden. Regelmäßiges Händewaschen oder -desinfizieren ist ebenfalls ein Muss – und zwar immer dann, wenn Sie von draußen nach Hause kommen, bevor Sie Speisen zubereiten, vor jedem Essen und nach dem Toilettengang.

Erkennen Sie Alarmsignale!

Die folgenden Beschwerden überschneiden sich teils bei Covid-19, Grippe und Pneumokokkenerkrankungen, teils sind sie auch schon ohne Vorhandensein einer Infektion Symptome von Herzerkrankungen. Auf jeden Fall sollten Sie bei Auftreten bereits einzelner Symptome diese zeitnah durch einen Arzt abklären lassen:

- Atembeschwerden, Kurzatmigkeit oder Luftnot bei Anstrengung und vor allem in Ruhe
- trockener Husten
- Schnupfen
- Halsschmerzen
- allgemeine Schwäche
- Fieber
- Schmerzen oder Druckgefühl im Brustbereich
- Wassereinlagerungen, besonders in den Beinen und nach dem Aufstehen
- Störung des Geruchs- und/oder Geschmackssinns

! Aber auch, wenn sonstige Beschwerden auftreten, die Sie nicht einordnen können, sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen. Lieber einmal zu häufig zum Arzt als einmal zu wenig. Außerhalb der Praxiszeiten können Sie jederzeit den kassenärztlichen Notdienst mit der bundeseinheitlichen Nummer 116117 kontaktieren.

GEBEN SIE GUT AUF SICH ACHT!



Gehen Sie frühzeitig zum Arzt!

Es ist nicht nur wichtig, dass eine mögliche Infektion früh erkannt wird. Ganz gleich, aus welchen Gründen sich Ihre Herzerkrankung verschlechtert – je früher Ihr Arzt die Therapie anpasst und ggf. weitere Maßnahmen veranlasst, desto besser kann der Krankheitsverlauf kontrolliert werden.

Lassen Sie sich daher trotz Coronapandemie nicht davon abhalten, Ihren Arzt aufzusuchen – gerade als Herzpatient

Auswirkungen der Coronapandemie auf die Herzmedizin

Im Vergleich zu den Vorjahren wurden während der Coronapandemie mehr Herzpatienten mit kardiogenem Schock, einer lebensbedrohlichen Komplikation, in ein Krankenhaus eingeliefert. Das Bremen STEMI-Register verzeichnet einen Anstieg um 54 Prozent. Außerdem wurden mehr Herzstillstände außerhalb der Klinik (Anstieg um 29 Prozent) erfasst. Nach Einschätzung von Wissenschaftlern hängt die Zunahme dieser Ereignisse damit zusammen, dass viele Herzpatienten aus Angst vor einer Coronainfektion nicht rechtzeitig einen Arzt aufgesucht haben.



gefährden Sie sich durch ängstliches, zögerliches Verhalten selbst. Notwendige Untersuchungen, Kontrolluntersuchungen und Eingriffe sollten Sie auf keinen Fall leichtfertig aus Angst vor einer möglichen Ansteckung hinausschieben. Das Risiko einer dramatischen Krankheitsverschlimmerung ist bei weitem höher als das Risiko, sich mit dem Coronavirus zu infizieren – zumal in den Praxen und Kliniken Hygiene-, Test- und Impfmaßnahmen für hohen Schutz sorgen.

Bei plötzlich auftretenden Schmerzen kann jedes Zögern gefährlich werden.

! Herzpatienten haben ein höheres Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall!



Hinweise auf Herzinfarkt: akute Schmerzen im Brust- oder Oberbauchbereich, Atemnot, Übelkeit oder Erbrechen, Benommenheit oder Schwindel sowie plötzliche Schweißattacken



Hinweise auf Schlaganfall: plötzlich einsetzende Schwäche oder Lähmung auf einer Körperseite, Sprachschwierigkeiten, Sehstörungen, Schwindel mit Gangunsicherheit, Gleichgewichts- oder Koordinationsstörungen, plötzliche Bewusstseinsstrübung bis zur Bewusstlosigkeit, Übelkeit, Erbrechen, Verwirrtheit, plötzliche auftretende sehr starke Kopfschmerzen

! Bei Herzinfarkt und Schlaganfall zählt jede Sekunde. Wählen Sie sofort die Notrufnummer 112, wenn Sie bei sich oder einer anderen Person diese Krankheitszeichen beobachten.

Linktipps

Allgemeine Informationen für Herzpatienten

- Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e.V.: www.dgk.org
- Deutsche Herzstiftung e.V.:
www.herzstiftung.de/ein-krankes-herz-kann-niemals-warten
- Deutsche Gesellschaft für Prävention und Rehabilitation von Herz-Kreislaufferkrankungen e.V.: www.dgpr.de;
www.dgpr.de/herzgruppen

Informationen zu Impfungen:

- Robert Koch-Institut (RKI): www.rki.de;
Suchbegriffe: Impfen; Impfkalender; Covid-19

Informationen zum Infektionsschutz

- Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA):
www.infektionsschutz.de



Ihre Spende hilft uns helfen

Als Interessenvertretung der 50plus-Generation stellen wir jedem Interessierten umfangreiches Informationsmaterial zu altersrelevanten Themen durch Broschüren und Presseveröffentlichungen kostenfrei zur Verfügung.

Da wir keine staatlichen Mittel beanspruchen, sind wir auf die Unterstützung von Mitgliedern und Spendern angewiesen, um auch weiterhin Ratsuchenden helfen zu können.

Bitte unterstützen Sie unsere Arbeit und nutzen Sie dazu den Überweisungsvordruck. Bis 200 Euro gilt die abgestempelte Quittung als Spendenbescheinigung. Für Spenden über 200 Euro senden wir Ihnen die Spendenbescheinigung auf Anfrage zu. Vielen Dank!



Kontoverbindung:

Deutsche Seniorenliga e.V.

Bank für Sozialwirtschaft

IBAN DE70 3702 0500 0008 2688 01

BIC BFSWDE33XXX

Stichwort: Spende

Für Spenden können Sie auch unser **Online-Formular** nutzen:
www.deutsche-seniorenliga.de/wir-ueber-uns/ihre-spende.html



Deutsche Seniorenliga e.V.
Heilsbachstraße 32
53123 Bonn

E-Mail: info@deutsche-seniorenliga.de
Internet: www.deutsche-seniorenliga.de

Mit freundlicher
Unterstützung von



Impressum

Herausgeber und V. i. S. d. P.:

RA Erhard Hackler
Geschäftsführender Vorstand
Deutsche Seniorenliga e.V.

Konzeption und Realisierung:

MedCom international GmbH
René-Schickele-Straße 10
53123 Bonn

1. Auflage 2021

Besuchen Sie uns auch unter:
www.impfschutz-herzpatienten.de

Bildnachweise:

- S. 1: Jacob Lund - stock.adobe.com,
Lightfieldstudios - stock.adobe.com,
Nebojsa - stock.adobe.com
- S. 1, 24: cassis - stock.adobe.com
- S. 3: Michael Wodak
- S. 4: Halfpoint - stock.adobe.com
- S. 6: Susanne Link - stock.adobe.com
- S. 7: Romolo Tavani - stock.adobe.com
- S. 8: Halfpoint - stock.adobe.com
- S. 10: konstantin yuganov - stock.adobe.com
- S. 12: neonshot - stock.adobe.com
- S. 14: Sherry Young - stock.adobe.com
- S. 16: Kateryna_Kon - stock.adobe.com
- S. 18: Zoran Zeremski - stock.adobe.com
- S. 20: motortion - stock.adobe.com
- S. 23: Photographee.eu - stock.adobe.com

Verbreitung, Übersetzung und
jegliche Wiedergabe auch von
Teilen dieser Broschüre nur mit
Genehmigung des Herausgebers



Sie stehen bei uns im Mittelpunkt

Deutsche
Seniorenliga e.V.

Mitglieder sind bestens
informiert und werden
kompetent beraten.

Beitrittserklärung / Fördermitgliedschaft

Ich unterstütze die Arbeit der Deutschen Seniorenliga e.V. durch meine Fördermitgliedschaft. Senden Sie mir bitte eine Aufnahmebestätigung und die Mitgliederzeitschrift „aktiv“.

Zutreffendes bitte ankreuzen:

- Meinen Jahresbeitrag in Höhe von 30,00 Euro überweise ich auf das unten genannte Konto.
- Ich ermächtige die Deutsche Seniorenliga e.V. widerruflich zum Einzug meines Jahresbeitrags in

Höhe von 30,00 Euro von meinem Konto bei der _____

IBAN _____

BIC _____

Datum, Unterschrift

Beitrags- und Spendenkonto:

Bank für Sozialwirtschaft
IBAN DE70 3702 0500 0008 2688 01
BIC BFSWDE33XXX

Gläubiger-Identifikationsnummer
DE77ZZ00000368735

Mitglieds-Nr.

(bitte nicht ausfüllen)

Absender:

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Für die Arbeit der Deutschen Seniorenliga e.V. interessiert sich auch:

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Bitte
ausreichend
frankieren



Deutsche Seniorenliga e.V.
Heilsbachstraße 32
53123 Bonn