

Klinik / Praxis



Patientendaten:

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen wurde ein Herzschrittmacher eingesetzt. Für eine zuverlässige Funktion und eine lange Haltbarkeit des Implantats sind einige Regeln zu beachten. Diese Informationen sollen Ihnen das Wissen vermitteln, um sich auf das Leben mit dem Herzschrittmacher einzustellen. Ihr Arzt wird Sie auch darüber informieren, ob in Ihrem individuellen Fall andere oder zusätzliche Verhaltensregeln notwendig sind.

DIE ERSTEN WOCHEN NACH DEM EINGRIFF

Die Implantation eines Herzschrittmachers ist ein Routineeingriff. Trotzdem sollten Sie sich gerade in den ersten 4 Wochen nach dem Eingriff körperlich schonen, keinen Sport treiben und ruckartige Bewegungen, insbesondere der Arme, vermeiden. Die Elektroden sind erst nach einigen Wochen sicher eingewachsen. Achten Sie darauf, in der Anfangszeit die Arme nicht über den Kopf zu heben. Baden und Duschen ist nach Abschluss der Wundheilung erlaubt. Sollte eine Rötung, zunehmende Schwellung oder Nässen der Wunde auftreten, müssen Sie sich unverzüglich in ärztliche Behandlung begeben.

Sie erhalten von Ihrem Arzt einen **Schrittmacherausweis**, der alle notwendigen Daten zu Ihrem Herzschrittmacher enthält. Bitte führen Sie den Ausweis immer bei sich und zeigen Sie ihn vor medizinischen Untersuchungen/Behandlungen Ihrem Arzt.

ELEKTRISCHE GERÄTE UND DEREN BENUTZUNG

Der Herzschrittmacher wird Sie im Alltag kaum einschränken. Die meisten Haushaltsgeräte haben keinen Einfluss auf den Schrittmacher - vorausgesetzt, sie funktionieren einwandfrei. Dazu zählen z. B. Kleingeräte wie Föhn, Rasierapparat, Toaster und Mikrowellen. Hier genügt ein sehr geringer Sicherheitsabstand von ca. 15 cm, welcher im Alltag in der Regel automatisch eingehalten wird. Bei Mobiltelefonen oder Funksprechgeräten ist lediglich zu beachten, dass sie auf der dem Herzschrittmacher entgegengesetzten Seite gehalten und getragen werden sollten. Zu Induktionskochfeldern sollte ein Sicherheitsabstand von ca. 60 cm eingehalten werden.



Warnschild für Schrittmacherträger

Von bestimmten Elektrogeräten wie Heizdecken, Bohrmaschinen, elektrischen Gartengeräten (z. B. Heckenscheren) und Geräten, welche elektromagnetische Felder erzeugen (z. B. Schweißgeräte), sollten Sie sich fernhalten. Beugen Sie sich auch nicht bei laufendem Motor über die Motorhaube Ihres Au-

tos oder über den Motor Ihres Rasenmähers, da Zündkerzen elektromagnetische Felder ausstrahlen. Der Herzschrittmacher wird durch solche Geräte nicht geschädigt, kann allerdings in seiner Funktion vorübergehend eingeschränkt sein. Auch einen Spannungsprüfer, bei welchem der Strom über den Körper fließt, sollten Sie als Herzschrittmacherträger nicht verwenden, da der Stromfluss vom Schrittmacher fälschlicherweise als Herzimpuls interpretiert werden kann.

Vorsicht ist auch bei magnetischen Namensschildern und Magnetspielzeugen geboten. Diese dürfen nicht auf den Schrittmacher gelegt werden. Auch bei Lautsprecherboxen oder „On-Ear-Kopfhörern“ muss ein Mindestabstand von 30 cm zum Herzschrittmacher eingehalten werden.

Sollten Sie beim Bedienen eines Gerätes einen unregelmäßigen Herzschlag, Herzklopfen oder Schwindel bemerken, schalten Sie das Gerät aus oder entfernen Sie sich von ihm. In der Regel verschwinden dann die Symptome.

Metalldetektoren, wie sie an Flughäfen zu finden sind, und Diebstahlsicherungen in Kaufhäusern sind ungefährlich. Metalldetektoren können aber einen Alarm auslösen. Sie sollten Ihren Schrittmacherausweis daher immer bei sich tragen, um ihn im Bedarfsfall vorzeigen zu können.

Am Arbeitsplatz ist auf Maschinen mit entsprechenden Warnhinweisen zu achten, wie Induktionsöfen, Generatoren und Kraftwerken.

VERHALTEN IM ALLTAG

Sportausübung:

In den ersten Wochen nach dem Eingriff sollte auf sportliche Aktivitäten verzichtet werden. Sind die Wunden verheilt und die Elektroden stabil eingewachsen, wird Ihr Arzt entscheiden, ab wann Sie wieder Sport treiben dürfen. In der Regel entscheidet die Grunderkrankung darüber, welche Sportarten ausgeübt werden dürfen (z. B. das Herz-Kreislauf-System wenig belastende Aktivitäten wie Wandern, Gymnastik, Fahrradfahren).

Sportarten, welche zu Schlägen bzw. Stößen auf den Oberkörper führen können (z. B. Kampfsport), sollten in der Regel unterlassen werden, um eine Beschädigung des Schrittmachers zu vermeiden.

Patienten mit einem Herzschrittmacher dürfen nicht tiefer als 10 m tauchen, da es durch den erhöhten Wasserdruck zu einem Ausfall des Gerätes kommen kann.

Auch Tennisspielen sollte nicht mit dem Arm derjenigen Seite erfolgen, auf welcher der Schrittmacher implantiert wurde. Bei Sportschützen kann es durch den Rückstoß zu einer Beschädigung des Aggregats kommen.

Autofahren:

Die Fahrtauglichkeit kann, je nach zu Grunde liegender Herzerkrankung und eingesetztem Herzschrittmacher, eingeschränkt sein. Ihr Arzt wird Ihnen bei Entlassung und bei den ambulanten Kontrollen mitteilen, ob und ab wann Sie wieder ein Kraftfahrzeug führen dürfen.

Erschütterungen:

Die meisten Herzschrittmacher sind mit einem Erschütterungssensor ausgestattet. Dies führt dazu, dass der Schrittmacher bei Erschütterungen die Frequenz erhöht, da er von einer körperlichen Belastung ausgeht. Aus diesem Grund sollten Situationen, welche zu Erschütterungen ohne körperliche Anstrengung führen (z. B. Fahrgeschäfte oder 4-D-Kinos), vermieden werden.

Medizinische Untersuchungen:

Die meisten medizinischen Untersuchungen sind auch mit einem Herzschrittmacher problemlos durchführbar. Eine Ausnahme stellt die Kernspintomographie (MRT) dar. Die hierbei verwendeten äußerst starken Magnetfelder können die Funktion des Schrittmachers beeinträchtigen, weshalb MRT-Untersuchungen nur in seltenen Fällen (z. B. bei einem MRT-fähigen Herzschrittmacher) durchgeführt werden dürfen.

Gewöhnung:

Sie werden sich schnell an ein Leben mit dem Herzschrittmacher gewöhnen und kaum mehr bemerken, dass Sie einen tragen. Das implantierte Aggregat am Brustkorb kann, besonders bei schlanken Patienten, unter der Haut zu spüren sein. Sie sollten vermeiden, an dem Gerät herumzuspielen oder zu versuchen, es zu drehen. Die Elektroden im Herzen könnten sonst verrutschen.

NACHSORGEUNTERSUCHUNGEN

Nach dem Eingriff findet die erste Kontrolluntersuchung in der Regel nach 4 bis 6 Wochen statt. Danach können die Intervalle auf etwa 3 bis 6 Monate ausgeweitet werden - je nach individuellem Bedarf. Bei den Untersuchungen werden die Daten des Herzschrittmachers ausgewertet, z. B. auch die Batterieleistung. Bei bestimmten Geräten ist es auch möglich, den Herzschrittmacher per Fernabfrage zu überprüfen, sodass die Daten direkt an den behandelnden Arzt übermittelt werden können. Ist dies bei Ihnen vorgesehen, wird Sie Ihr Arzt hierüber informieren.

Je nach Häufigkeit der Impuls-Abgabe ist die Batterie des Aggregates für eine Funktionsdauer von 5 bis 10 Jahren ausgelegt. Danach muss die Batterie in einem kleinen ambulanten Eingriff ausgetauscht werden. Die Elektroden im Herzen können hierbei in der Regel belassen werden.

Sollten Besonderheiten auftreten, wie etwa **Herzrhythmusstörungen wie Herzstolpern, zu langsamer oder zu schneller Herzschlag, Atem- oder Kreislaufstörungen, Schwindel** oder **Ohnmacht, langandauernder Schluckauf, Schmerzen an der Implantationsstelle, Fieber oder Rötung der Wunde, Schwellungen in Armen oder Beinen** oder **andere Befindlichkeitsstörungen**, informieren Sie bitte sofort Ihren Arzt.

Bitte wenden Sie sich in diesen Fällen an unsere Praxis/Klinik, Tel.: _____

oder an Ihren Hausarzt bzw. die nächstgelegene Klinik.

Weitere Empfehlungen:

Mit der Beachtung dieser Regeln beeinflussen Sie die Funktion des Herzschrittmachers günstig und unterstützen die Haltbarkeit des Implantats.

Ort, Datum, Uhrzeit

Unterschrift der Ärztin / des Arztes