

## KORONARE HERZKRANKHEIT – VERHALTEN IM NOTFALL



Quelle: aboutpixel.de / telefonieren © Karola Müller

### LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

Sie haben eine chronische koronare Herzkrankheit (KHK) und wissen, dass dies eine ernst zu nehmende Erkrankung ist. Diese Information gibt Ihnen Hinweise, woran Sie gefährliche Situationen erkennen können, und wie Sie im Notfall am besten reagieren.

### ► BESCHWERDEN BEI KHK

Eine KHK entsteht durch verengte Herzkranzgefäße. (Grundlegende Informationen zu dieser Erkrankung finden Sie im Informationsblatt „Koronare Herzkrankheit“ und in der PatientenLeitlinie „Chronische KHK“, siehe Kasten auf der Rückseite.)

Die Schwere der Erkrankung hängt davon ab, welche Gefäße an welcher Stelle wie stark verengt sind.

Eine KHK kann ohne und mit Beschwerden auftreten. Mögliche Beschwerden sind beispielsweise:

- Schmerzen oder Engegefühl hinter dem Brustbein
- Luftnot, Atemnot
- zusätzlich Schweißausbrüche oder Übelkeit

Manchmal lösen körperliche und emotionale Belastungen, Kälte oder auch zu reichhaltiges Essen diese Zeichen aus. Die Beschwerden treten nicht immer und nicht regelmäßig auf und sie können mal mehr, mal weniger stark sein. Doch eine KHK kann gefährliche Folgen haben, zum Beispiel einen Herzinfarkt. Deswegen ist es wichtig, dass Sie auf die Art und die Stärke Ihrer Beschwerden achten, um lebensbedrohliche Zustände möglichst rechtzeitig zu erkennen.

Es ist nicht immer leicht, eine vorübergehende, kurze Verschlechterung der KHK von einer ernsthaften Notfallsituation zu unterscheiden. Die Übergänge sind oft fließend.

### ► ZEICHEN FÜR EINEN NOTFALL

Zeichen, die auf einen Notfall hindeuten, sind:

- starke Schmerzen hinter dem Brustbein, die eventuell in den Nacken, Hals, Kiefer, Schulterblätter, in die Arme oder den Oberbauch ausstrahlen
- starkes Engegefühl, heftiger Druck im Brustkorb
- stärkere Luftnot, Atemnot
- Schweißausbrüche mit kaltem Schweiß
- Übelkeit, Erbrechen
- Todesangst
- blass-graue Gesichtsfarbe
- Beschwerden, die länger als ein paar Minuten dauern
- Beschwerden, die im Ruhezustand auftreten
- anhaltende Beschwerden, obwohl Sie eine körperliche Belastung, wie zum Beispiel Treppensteigen, beendet haben
- anhaltende Beschwerden, obwohl Sie Ihr Notfallmedikament, etwa Ihr Nitro-Spray, genommen haben

Oft verläuft ein Herz-Notfall untypisch. Manche Menschen empfinden ihre Beschwerden eher im Bauch, verbunden mit Übelkeit oder Erbrechen. Nahezu alle Patienten geben aber an, dass es ihnen „ganz plötzlich sehr schlecht“ gegangen ist. Wenn Sie unsicher sind, ob wirklich ein Notfall vorliegt, holen Sie möglichst schnell fachkundigen Rat ein, etwa von Ihrem Hausarzt oder vom ärztlichen Bereitschaftsdienst. Wenn Sie jedoch den Eindruck haben, dass ein Notfall vorliegt, rufen Sie rasch den Rettungsdienst (Notarzt).

## ► Koronare Herzkrankheit

### ► DAS SOLLTEN SIE IM NOTFALL TUN

Im Notfall sollten Sie sofort Hilfe rufen!

Rufen Sie **112** an und geben Sie an:

- Wer ruft an?
- Was ist passiert? (etwa: Verdacht auf Herzinfarkt)
- Wo befinden Sie sich?
- Was haben Sie bisher gegen die Beschwerden gemacht? (etwa: Ihr Nitro-Spray eingenommen)

Bis Hilfe kommt:

- versuchen Sie ruhig zu bleiben
- nehmen Sie Ihr Notfallmedikament ein
- befreien Sie sich von beengender Kleidung
- wenn Sie alleine zu Hause sind, öffnen Sie die Wohnungs- oder Haustür

### ► WAS SIE VORHER TUN KÖNNEN

Solch ein Ernstfall tritt oft unerwartet und plötzlich ein. Daher ist es wichtig, vorbereitet zu sein.

- Tragen Sie Ihr Notfallmedikament (etwa Nitrate als Spray, Tropfen oder Kapsel) stets bei sich.
- Lassen Sie sich von Ihrem Arzt genau zeigen, wie Sie das Notfallmedikament anwenden sollen.
- Sorgen Sie dafür, dass Sie stets ausreichend Medikamente zur Verfügung haben.
- Erzählen Sie Ihren Verwandten, Freunden und Kollegen, dass bei Ihrer Erkrankung ein Notfall auftreten kann und informieren Sie sie darüber, was in diesem Fall zu tun ist. Empfehlen Sie Ihrem Partner/ Ihrer Partnerin, einen Erste-Hilfe-Kurs zu besuchen.
- Legen Sie einen Zettel in Ihre Geldtasche, auf dem all Ihre Medikamente verzeichnet sind, und auf dem steht, dass Sie an einer KHK erkrankt sind. Auch die Telefonnummern Ihrer Angehörigen und Ihres Hausarztes sollten Sie auf diesem Zettel notieren.

### ► MEHR INFORMATIONEN

**Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und fasst wichtige Punkte der PatientenLeitlinie „Chronische KHK“ zusammen.**

#### Weiterführende Links

PatientenLeitlinie „Chronische KHK“ und das Informationsblatt „Koronare Herzkrankheit“:  
[www.patienten-information.de/patientenleitlinien](http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien)

An der PatientenLeitlinie beteiligte Selbsthilfeorganisationen bzw. Kooperationspartner:  
[www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe](http://www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe)  
[www.azq.de/pf](http://www.azq.de/pf)

#### Kontakt zu Selbsthilfegruppen

Wo Sie eine Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS (Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen):  
[www.nakos.de](http://www.nakos.de), Tel.: 030 3101 8960

#### PatientenLeitlinien

PatientenLeitlinien übersetzen die Behandlungsempfehlungen ärztlicher Leitlinien in eine für Laien verständliche Sprache. Sie geben wichtige Hintergrundinformationen zu den Ursachen, Untersuchungs- und Behandlungsmethoden einer Erkrankung. Träger des Programms zur Entwicklung ärztlicher Leitlinien (sogenannter „Nationaler VersorgungsLeitlinien“) und der jeweiligen Patientenversionen sind die Bundesärztekammer (BÄK), die Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) und die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF).

Verantwortlich für den Inhalt:  
Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)  
Gemeinsames Institut von BÄK und KBV  
Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555  
E-Mail: [patienteninformation@azq.de](mailto:patienteninformation@azq.de)

Mit freundlicher Unterstützung  
der Kassenärztlichen Bundesvereinigung