

## Herzinsuffizienz – Selbstcheck



**Super –  
Weiter so!**

- ✓ Sie fühlen sich wohl
- ✓ Keine Kurzatmigkeit
- ✓ Keine Schwellungen im Knöchel-Fußbereich
- ✓ Stabiles Gewicht

- Kontrollieren Sie Ihr Gewicht weiterhin täglich zur selben Zeit
- Nehmen Sie Ihre Medikation wie verordnet
- Nehmen Sie Ihre Nachsorgetermine wahr



**Achtung –  
Vorsicht!**

- ✓ Sie fühlen sich nicht wohl
- ✓ Sie haben zunehmende Luftnot unter Belastung
- ✓ Sie bemerken Schwellungen an den Beinen, Füßen und/oder Knöcheln
- ✓ Sie empfinden ein Unbehagen oder Schwellungen im Bauchraum
- ✓ Schlafschwierigkeiten aufgrund von Luftnot
- ✓ Plötzliche Gewichtszunahme von +2kg in drei Tagen oder +3kg in einer Woche

- Kontaktieren Sie Ihre ärztliche Versorgung
- Eventuelle Änderung Ihrer Entwässerungsmedikation beachten



**Stopp –  
Alarm!**

- ✓ Dauerhafter trockener Husten
- ✓ Luftnot in Ruhe
- ✓ Vermehrte Schwellungen in den Beinen, Füßen und/oder Knöcheln – Schwellung steigend
- ✓ Neu oder sich verschlechternder Schwindel, Verwirrung
- ✓ Appetitlosigkeit
- ✓ Nicht mehr flach liegen können – Schlafen nur in aufrechter Position möglich
- ✓ Ohnmacht
- ✓ Anhaltender Brustschmerz, nicht nitroreversibel

- Lassen Sie sich direkt untersuchen
- Suchen Sie ein ärztliches Team auf

## Bedenken Sie generell:

- Beachten Sie Ihre Trinkmenge
- Führen Sie Ihr Herztagebuch
- Nehmen Sie Ihre Medikation wie verordnet
- Seien sie aktiv – täglich
- Nehmen Sie Ihre Nachsorgetermine wahr
- Genießen Sie Ihr Leben