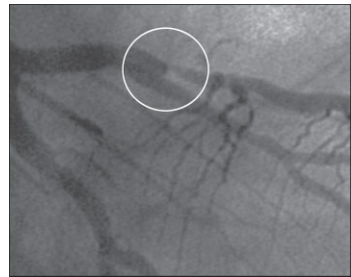


4. Verhalten nach dem Spitalsaufenthalt

Wie lange man sich nach einem Herzinfarkt oder einem Herzkathetereingriff (Ballondilatation ± Stentimplantation) schonen muß, hängt von der individuellen Situation ab und muß vom behandelnden Arzt für den jeweiligen Einzelfall entschieden werden. Die im folgenden gemachten Angaben über Verhaltensregeln bzw. erlaubte Aktivitäten sind lediglich Anhaltspunkte und können im Einzelfall stark abweichen.

4.1. Verhalten nach einer Herzkatheteruntersuchung

- Prinzipiell darf nach der Entlassung geduscht werden, die Punktionsstelle in der Leiste sollte jedoch in den ersten Tagen gut abgedeckt und nicht naß werden (spezielle wasserundurchlässige Pflaster).
- In den ersten zehn Tagen nach Herzkatheter soll auf Bäder und Sauna verzichtet werden.
- Eine Woche lang körperliche Schonung (leichte Spaziergänge erlaubt).
- Zwei Wochen lang keine schweren Lasten tragen (bis ca. 3 kg sind erlaubt)!
- Bei plötzlich auftretender Schwellung oder Blutung in der punktierten Leiste oder nässender Punktionsstelle → Krankenhaus aufsuchen.
- Bei Auftreten von Brustschmerz, Beklemmungsgefühl, Atemnot → Krankenhaus oder behandelnden Arzt aufsuchen.
- Sexualleben: nach ca. einer Woche wieder bedenkenlos möglich.



Herzkatheteruntersuchung

Nach zwei Wochen ist die Wundheilung in der Leiste weitgehend abgeschlossen.

4.2. Verhalten nach Herzinfarkt

Es wird in den meisten Fällen eine Rehabilitation in einem kardiologischen Rehab-Zentrum empfohlen. Im Zeitraum zwischen dem Spitalsaufenthalt und dem Rehab-Aufenthalt sollte Schonung im Vordergrund stehen. Spaziergänge sind erlaubt. Im Rehabilitationsaufenthalt wird man unter ärztlicher Aufsicht wieder an eine normale Leistungsfähigkeit herangeführt und erlernt Verhaltensweisen in bezug auf körperliche Belastung und Atherosklerose-Prophylaxe. Die erste schwerere körperliche Belastung sollte im Rehab-Zentrum unter ärztlicher Aufsicht durchgeführt werden!

Die Teilnahme an einer ambulanten kardiologischen Rehabilitation sowie an Koronartrainingsgruppen kann eine stationäre Rehabilitation unter gewis-

sen Voraussetzungen ersetzen, ist aber generell als zusätzliche und weiterführende Maßnahme nach stationärer Rehabilitation (im Rehab-Zentrum) empfehlenswert (siehe auch Seite 10).

4.3. Herzschwäche (Herzinsuffizienz, Kardiomyopathie)

Als Folge eines Herzinfarkts oder anderer Herzerkrankungen kann sich eine Pumpschwäche des Herzmuskels entwickeln. Diese wird auch Herzinsuffizienz oder Kardiomyopathie genannt.

Eine Herzschwäche kann am einfachsten mittels Herzultraschall erkannt werden. Eine ausgeprägte Herzschwäche äußert sich in erster Linie durch verminderte Belastbarkeit, Atemnot sowie Einlagerung von „Wasser“ (medizinisch: Bildung von Ödemen) in diversen Körperregionen (meistens beginnend in den Unterschenkeln). Sollte eine Herzschwäche vorliegen, ist eine spezielle medikamentöse Therapie notwendig. Meist ist auch eine Entwässerungstherapie mit speziellen Medikamenten zur Verhinderung von Wassereinlagerung erforderlich. Diese kann zu häufigem Harnlassen sowie zu Durstgefühl führen. Trotz des oft vorhandenen Durstgefühls ist es erforderlich, eine genau mit dem behandelnden Arzt abgesprochene Trinkmenge einzuhalten. Zusätzlich sollte ein tägliches Abwiegen mit Dokumentation des Körpergewichts durchgeführt werden. Bei plötzlich auftretender Gewichtszunahme innerhalb weniger Tage liegt wahrscheinlich eine Einlagerung von Wasser vor. Es müssen dann unverzüglich die Entwässerungstherapie und die erlaubte Trinkmenge durch den Arzt neu angepaßt werden.

4.4. Verhalten nach Stentimplantation

- Je nach ärztlicher Anordnung muß das Medikament Plavix® (Ersatzpräparat: Tiklid®) zusätzlich zu Aspirin (Thrombo ASS®, Herzschutz ASS®, Herz ASS®, Thrombostad®, Aspirin®) mindestens für einige Wochen, häufig über Monate und bei manchen PatientInnen sogar auf Dauer eingenommen werden.
- Bei plötzlich auftretenden Brustschmerzen, Beengungsgefühl oder Atemnot soll sofort das Krankenhaus oder der behandelnde Arzt aufgesucht werden.
- Fliegen/Auslandsreisen: Prinzipiell können Flug- bzw. Auslandsreisen schon sehr bald nach einer Stentimplantation angetreten werden (nach Rücksprache mit dem behandelnden Kardiologen!). In den ersten sechs bis zwölf Monaten nach Stentimplantation besteht ein erhöhtes Risiko für Stentverengungen. Deshalb sollte in diesem Zeitraum immer die Möglichkeit einer raschen Aufnahme in ein kardiologisches Zentrum mit Herzkatheter bedacht werden. Es sollte von Reisen in Länder abgesehen werden, die nicht über eine entsprechende medizinische Infrastruktur verfügen.

Nehmen Sie Ihren letzten Arztbrief (eventuell in englischer Übersetzung), sowie eine Liste Ihrer Medikamente (mit Wirksubstanzen) auf die Reise mit.

- Implantierte Stents bedeuten keinerlei Einschränkungen für Ihr Alltagsleben. Sie müssen nach Stentimplantation keine Vorsichtsmaßnahmen gegenüber elektromagnetischen Feldern (Hochspannungsleitungen, Mobiltelefone, Durchleuchtungsanlagen am Flughafen) einhalten. Computertomographien (CT) sowie Magnetresonanztomographien (MRT) können weiterhin ohne Einschränkungen durchgeführt werden.



Stent

4.5. Verhalten bei Therapie mit blutgerinnungshemmenden Medikamenten

Zahnarztbesuch / Operationen unter Kombinationstherapie mit Plavix® und Aspirin:

Unter Kombinationstherapie mit Plavix® und Aspirin besteht eine erhöhte Blutungsgefahr. Deshalb sind alle nicht unbedingt notwendigen operativen Eingriffe auf den Zeitpunkt nach Absetzen von Plavix® zu verschieben.

Wenn eine dringliche operative Behandlung aber nicht aufgeschoben werden kann, sollte mit dem behandelnden Kardiologen Kontakt aufgenommen werden. In der Regel kann dann eine Lösung gefunden werden.

Die Kombinationstherapie mit Plavix® und Aspirin wird vor oder während der Stentimplantation begonnen und muß unbedingt für den verordneten Zeitraum eingehalten werden. Bei vorzeitigem Absetzen von Plavix® besteht die Gefahr des plötzlichen Stentverschlusses durch ein Blutgerinnsel.

Plavix® darf keinesfalls ohne Rücksprache mit der behandelnden Abteilung vorzeitig abgesetzt werden.

Nach dem geplanten Absetzen von Plavix® (nach der vorgeschriebenen Zeit) bleibt meist eine dauerhafte Therapie mit Aspirin. Diese kann durch den behandelnden Arzt vor operativen Eingriffen für einige Tage ausgesetzt werden.