

Gesund reisen

Checkliste für Patienten mit Herzschwäche



In Deutschland leiden rund 1,8 Millionen Menschen unter einer Herzschwäche. Eine mögliche Komplikation stellt die sogenannte Mitralklappeninsuffizienz dar, bei der sauerstoffreiches Blut von der linken Herzkammer zurück in den Vorhof fließt. Wer unter einer starken Mitralinsuffizienz leidet und bereits eine Operation in Form eines Herzklappenersatzes, einer -reparatur oder eines Mitralklappen-Clippings hinter sich hat, scheut oftmals aus Angst vor zunehmender körperlicher Einschränkung vor Reisen zurück. Doch das muss nicht sein. Mit der richtigen Vorbereitung und den Anweisungen des behandelnden Arztes im Gepäck genießen auch Mitralinsuffizienzpatienten ihren Urlaub. „Wir ermutigen Betroffene sogar dazu, ein möglichst normales Leben zu führen. Dazu gehört natürlich bei entsprechender Reisetauglichkeit auch ein Urlaub“, betont Prof. Christian Butter, Chefarzt der Kardiologie am Herzzentrum Brandenburg in Bernau und Experte auf dem Portal herzkloppenhilfe.de.

Reisetauglichkeit prüfen lassen

Um eine Reise anzutreten, sollten Patienten mit einer Mitralinsuffizienz zunächst ihren aktuellen Gesundheitszustand abklären lassen. Generell gilt ein Urlaub als möglich, wenn Patienten drei Wochen nach einer Operation keine wesentlichen körperlichen Beeinträchtigungen mehr spüren. Luftnot, Schwindelgefühle sowie plötzliche Bewusstlosigkeit bei geringer Aktivität sollten also genauso wenig auftreten wie Engegefühle im Brustkorb. Am besten lassen sich Urlauber drei Wochen vor Reiseantritt noch einmal von ihrem

behandelnden Arzt untersuchen. „Wir haben mit dem sanfteren Verfahren des MitraClips sehr positive Erfahrungen gemacht, wenn es um die Verbesserung der Symptomatik bei Patienten geht“, weiß Prof. Butter. „Da der Eingriff ohne offene OP am Herzen stattfindet, erholen sich Betroffene nicht nur schneller von der Operation. Sie weisen auch eine stark verbesserte Lebensqualität auf, die sich positiv auf die Reisetauglichkeit auswirkt.“

Gut vorbereitet starten

Auf dem Weg in den Urlaub und währenddessen sollten Herzinsuffizienzpatienten alle wichtigen Unterlagen stets griffbereit platzieren und am besten in doppelter Kopie für Koffer und Handgepäck mitnehmen. „Dazu gehören aktuelle Krankheitsunterlagen wie beispielsweise der letzte Arztbrief sowie Patientenausweis und der Ausweis für Gerinnungshemmer. Auch alle verordneten Medikamente und dazugehörigen Beipackzettel sollten Betroffene in ausreichender Menge vorab besorgen, damit nur im Notfall Arzneimittel zugekauft werden müssen“, weiß der Experte. Zusätzlich wichtige Telefonnummern von Arzt, Rettungswagen, Klinik und einem Kardiologen vor Ort einholen. Vorab auch noch einmal die Auslandskrankenversicherung checken und gegebenenfalls eine zusätzliche Rückholversicherung abschließen, damit im Ernstfall keine unnötigen Zusatzkosten aufkommen und der Transport nach Hause gewährleistet ist. Zwar müssen Patienten bei der Planung einige Dinge beachten, letztendlich trägt aber eine gute Vorbereitung dann definitiv zu einem entspannten Urlaub bei.



Prof. Christian Butter, Chefarzt der Kardiologie am Herzzentrum Brandenburg in Bernau

HERZKLAPPENHILFE.DE

Symptom-Check einfach online ausführen

Sind Sie schnell erschöpft und außer Atem? Zum Beispiel wenn Sie Treppen steigen oder sich auf andere Weise im Alltag körperlich anstrengen? Es gibt viele Symptome, die manchmal einfach als Altersbeschwerden abgetan werden. Wenn jedoch mehrere Symptome zusammen auftreten, kann das ein Zeichen für eine fortgeschrittene Herz- oder Mitralklappeninsuffizienz oder eine andere Herzschwäche sein. Testen Sie Ihre Symptome im Online-Check auf www.herzkloppenhilfe.de.

► Weitere Informationen unter www.herzkloppenhilfe.de