

Mein Herz Tagebuch

www.herzstark.at

Für ein besseres Leben
mit Herzschwäche



HERZSTARK.at

 **NOVARTIS**

Patientendaten

Name:

Geburtsdatum:

Adresse:

Telefonnummer:

Diagnosen:

Aktuelle Therapie

Medikament/Stärke	Einnahme		
Name/Dosierung	morgens	mittags	abends

Lieber Herzschwäche-Patient!

Herzschwäche ist eine chronische Erkrankung, die gut behandelt werden kann. Mit einer guten und ordnungsgemäßen Behandlung kann sich Ihre Leistungsfähigkeit und Ihr Wohlbefinden deutlich bessern.

Sie selbst können einen großen Beitrag dazu leisten: Dokumentieren Sie regelmäßig Ihre Verlaufsp Parameter (z.B. Blutdruck) und nehmen Sie Ihre Medikamente wie von Ihrem Arzt empfohlen ein.

Dieses Herz Tagebuch soll Sie dabei unterstützen.

Wir wünschen Ihnen alles Gute!



Mit freundlicher Unterstützung von: www.herzverband.at

Was ist wichtig für Sie?



Medikamente regelmäßig einnehmen



Regelmäßige Kontrollen beim Hausarzt und Facharzt



Blutdruck und Puls regelmäßig messen



Ausgewogen ernähren und wenig salzen



Regelmäßig bewegen



Alkohol und Rauchen minimieren

Bitte beachten Sie folgende Warnsignale:



- **ERSCHÖPFUNG**



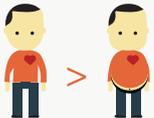
- **KURZATMIGKEIT**



- **GESCHWOLLENE BEINE**



- **NÄCHTLICHE ATEMNOT**



- **UNERKLÄRLICHE
GEWICHTSZUNAHME**

Bei derartigen Symptomen bitten wir Sie rasch Ihren Arzt aufzusuchen!

Dieses Herz Tagebuch unterstützt Sie, wichtige Warnsignale besser zu erkennen!

Folgendes ist beim Ausfüllen dieses Tagebuchs zu beachten:

Tägliche Blutdruckmessung



Hinsetzen



5 Minuten warten

(z. B. 1 Seite Zeitung lesen)



Messen (im Ruhezustand)



1 Minute warten



Messen



Werte dokumentieren

Verlaufsparemeter

Woche von _____ bis _____

 Datum		 Zeit	 Blutdruck Soll-Ziel:*	 Puls	 Gewicht	Befinden		
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					

Notizen

* Ihr Blutdruck Soll-Ziel-Wert wird Ihnen von Ihrem Arzt vorgegeben

Verlaufsparemeter

Woche von _____ bis _____

 Datum		 Zeit	 Blutdruck Soll-Ziel:*	 Puls	 Gewicht	Befinden		
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					

Notizen

Verlaufsparemeter

Woche von _____ bis _____

 Datum		 Zeit	 Blutdruck Soll-Ziel:*	 Puls	 Gewicht	Befinden		
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					

Notizen

Verlaufsparemeter

Woche von _____ bis _____

 Datum		 Zeit	 Blutdruck Soll-Ziel:*	 Puls	 Gewicht	Befinden		
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					

Notizen

* Ihr Blutdruck Soll-Ziel-Wert wird Ihnen von Ihrem Arzt vorgegeben

Verlaufsparemeter

Woche von _____ bis _____

 Datum		 Zeit	 Blutdruck Soll-Ziel:*	 Puls	 Gewicht	Befinden		
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					

Notizen

* Ihr Blutdruck Soll-Ziel-Wert wird Ihnen von Ihrem Arzt vorgegeben

Verlaufsparemeter

Woche von _____ bis _____

 Datum		 Zeit	 Blutdruck Soll-Ziel:*	 Puls	 Gewicht	Befinden		
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					

Notizen

Verlaufsparemeter

Woche von _____ bis _____

 Datum		 Zeit	 Blutdruck Soll-Ziel:*	 Puls	 Gewicht	Befinden		
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					

Notizen

Verlaufsparemeter

Woche von _____ bis _____

 Datum		 Zeit	 Blutdruck Soll-Ziel:*	 Puls	 Gewicht	Befinden		
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					
			/					

Notizen

* Ihr Blutdruck Soll-Ziel-Wert wird Ihnen von Ihrem Arzt vorgegeben

Novartis Pharma GmbH
Cardio-Metabolic
Jakov-Lind-Straße 5/Top 3.05
1020 Wien | Austria
www.novartis.at

www.herzstark.at

Für ein besseres Leben
mit Herzschwäche

Datum der Erstellung: 06/2024, FA-11218655



HERZSTARK.at

 **NOVARTIS**