



HFA
Heart Failure
Association

WAS PATIENTEN MIT HERZINSUFFIZIENZ ÜBER COVID-19 WISSEN MÜSSEN:

COVID-19 ist ein neuartiges Coronavirus. Es enthält genetisches Material, das menschliche Zellen infizieren kann, die sich dann vermehren und wiederum mehr Viren produzieren. Die COVID-19-Pandemie ist eine sich rasch entwickelnde Gefahr für die öffentliche Gesundheit. Sie begann Ende Dezember 2019 in Wuhan City, Provinz Hubei, China, und hat sich schnell auf Länder und Gebiete weltweit ausgebreitet.

Die Ausbreitung von Mensch zu Mensch erfolgt durch Husten und Niesen. Sie können sich durch Tröpfchen aus den Atemwegen, die das Virus enthalten, durch Kontakt mit Mund, Nase oder Augen infizieren. Das Virus kann auch Oberflächen kontaminieren und mehrere Tage oder länger überleben. Mindestens 80 % der infizierten Patienten haben nur leichte Symptome und erholen sich ohne intensive medizinische Behandlung.

Anzeichen von COVID-19 sind unter anderem grippeähnliche Symptome wie Fieber, neuer und anhaltender Husten, Müdigkeit, Kopfschmerzen und Halsschmerzen. Das Virus kann bei einigen Patienten zu einer Lungenentzündung mit zunehmenden Atembeschwerden führen und in schwereren Fällen tödlich sein. Allerdings ist die Gesamtmortalitätsrate von COVID-19 nach ersten veröffentlichten Berichten mit etwa 2 % nach wie vor niedrig.

WAS BEDEUTET COVID-19 FÜR PATIENTEN MIT HERZINSUFFIZIENZ?

Schwerwiegende Komplikationen, die einen Krankenhausaufenthalt erforderlich machen, steigen mit zunehmendem Alter deutlich. Menschen über 70 Jahre sind einem besonders hohen Risiko ausgesetzt, da viele auch an einer Herzinsuffizienz und anderen zugrunde liegenden Erkrankungen leiden.

Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen, chronischen Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie **Herzinsuffizienz**, Diabetes, Bluthochdruck, Krebs und Autoimmunerkrankungen oder Patienten, die nach einer Transplantation immunsuppressive Medikamente einnehmen, sind anfälliger für die schlimmsten Folgen des Virus. Patienten mit Herzinsuffizienz können mindestens eine oder mehrere dieser anderen Erkrankungen haben und unterliegen daher einem höheren Risiko eines Krankenhausaufenthalts und schwerwiegender Komplikationen.

Aus den oben genannten Gründen wird Folgendes empfohlen:

Allgemeine Präventionsmaßnahmen

- 1- **Vermeiden Sie engen Kontakt zu anderen Personen, auch wenn diese nicht krank sind** (Händeschütteln, Umarmungen, Küsse).
- 2- **Halten Sie mindestens 2 Meter Abstand** von Personen, die krank sind oder bei denen der Verdacht auf eine Infektion besteht (Personen, die jüngst aus einem Land mit einem kürzlich erfolgten Ausbruch ausgereist sind oder einem COVID-19-Patienten ausgesetzt waren).
- 3- **Bleiben Sie zu Hause** und vermeiden Sie dicht besiedelte Gebiete.
- 4- **Waschen Sie Ihre Hände häufig** mindestens 20 Sekunden lang mit warmem Wasser und Seife, nachdem Sie außer Haus waren oder die Toilette benutzt haben. Nach dem Naseputzen, dem Niesen und vor dem Essen sollten Sie sich ebenfalls die Hände waschen. Versuchen Sie, Computer, Laptops, Smartphones, Fernbedienungen und andere möglicherweise kontaminierte Oberflächen nicht zu berühren, wenn sie von jemand anderem verwendet wurden.
- 5- **Bleiben Sie nicht** mit einer Person, bei welcher der Verdacht auf eine Erkrankung besteht, **im selben Raum**.
- 6- **Vermeiden Sie Menschenansammlungen, Zusammenkünfte und Menschenmengen** und beschränken Sie den Einkauf so weit wie möglich.
- 7- **Vermeiden Sie die Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel**, es sei denn, dies ist unerlässlich.

Praktische Tipps

- 1- **Versuchen Sie, zu Hause aktiv zu bleiben und Sport zu machen.** Patienten können auch ohne spezielle Geräte zu Hause Sport betreiben. Musik ist oft hilfreich.
- 2- **Versuchen Sie**, sich für mindestens 3 Monate mit ausreichend Medikamenten zur Behandlung Ihrer Herzinsuffizienz **zu versorgen**.
- 3- **Versuchen Sie, Ihre aktuelle medikamentöse Behandlung und die Dosierung Ihrer Medikamente beizubehalten.** Dazu gehören Diuretika und Betablocker. Es ist auch wichtig, dass Patienten die Behandlung mit Angiotensin Converting Enzyme (ACE)-Hemmern, Angiotensin II Rezeptorblockern (ARB) und Angiotensin-Rezeptor-Nepriylisin-Inhibitoren (ARNI) fortsetzen.
- 4- **Sollte es Ihnen nicht möglich sein, all Ihre Medikamente in der Apotheke zu bekommen** oder sollten Ihnen diese ausgehen, nehmen Sie weiterhin jene Medikamente ein, die verfügbar sind, und kontaktieren Sie Ihren Arzt oder einen Krankenpfleger.
- 5- **Führen Sie keine Selbstmedikation durch.** Wenn Sie Symptome wie zunehmende Atemnot haben, besprechen Sie etwaige Anpassungen der medikamentösen Behandlung mit medizinischem Fachpersonal. Ein telefonischer Kontakt reicht oft aus, um eine Entscheidung über die Anpassung von Medikamenten wie Diuretika zu treffen oder zu bestimmen, ob eine Abklärung im Krankenhaus erforderlich ist.
- 6- **Versuchen Sie**, Medikamente wie Betablocker, welche die Herzfrequenz senken, **nicht abrupt abzusetzen**. Antiphlogistika (NSAR) sollten vermieden werden.
- 7- **Suchen Sie einen Arzt auf**, wenn Sie eines der folgenden Symptome bei sich feststellen: Brustschmerzen, unregelmäßige oder schnelle Herzfrequenz, zunehmende Atemnot, starker Husten, Schwindel oder Ohnmacht, da möglicherweise ein Krankenhausaufenthalt und eine intensive Überwachung nötig sind.
- 8- **Wenn es die Situation in Ihrem Land erlaubt, versuchen Sie, aktuell empfohlene Impfungen vornehmen zu lassen.** Dazu gehören angesichts des erhöhten Risikos einer sekundären bakteriellen Infektion mit COVID-19 saisonale Grippeimpfstoffe und der Pneumokokken-Impfstoff.
- 9- **Vermeiden Sie routinemäßige Klinik-/Krankenhausbesuche** in Herzinsuffizienzkliniken oder anderen Kliniken in Gebieten mit aktiven COVID-19-Ausbrüchen. Ersetzen Sie persönliche Besuche gegebenenfalls durch telefonischen oder telemedizinischen Kontakt.
- 10- **Wenn Sie in direktem Kontakt mit einem Patienten waren, bei dem der Verdacht auf eine COVID-19-Infektion besteht**, sollten Sie sich in Selbstisolation begeben, auf Anzeichen und Symptome der Krankheit achten und in Betracht ziehen, Ihren Arzt oder einen Krankenpfleger zu informieren.
- 11- **Wenn eine Quarantäne empfohlen wird**, schützen Sie andere, indem Sie zu Hause in Ihrem Zimmer bleiben. Wenn Sie denken, dass Sie an einer Erkältung oder Grippe leiden, bedecken Sie Ihren Mund beim Husten oder Niesen mit einem Taschentuch oder husten oder niesen Sie in Ihren Ellbogen. Sie sollten eine Maske verwenden, um die Ausbreitung des Virus zu verhindern.
- 12- **Lassen Sie sich** von Ihrer örtlichen Behörde über die Coronavirus-Epidemie in Ihrem Gebiet **informieren**.

Empfehlungen für Patienten, die Symptome entwickeln

- 1- **Patienten mit Herzinsuffizienz haben bei körperlicher Anstrengung oft Atemnot** und diese Patienten können auch eine gewöhnliche Erkältung oder die saisonale Grippe bekommen und dadurch größere Atembeschwerden haben. Wenn die Symptome des Patienten jedoch rasch zunehmen und Atembeschwerden schon bei minimaler Aktivität auftreten sowie mit Fieber und trockenem Husten einhergehen, ist es nötig, einen Arzt oder Krankenpfleger zu kontaktieren.
- 2- **Wenn Anzeichen und Symptome auftreten**, die auf eine COVID-19-Infektion hindeuten, wenden Sie unterstützende Maßnahmen wie bei einer Erkältung oder Grippe an. Anzeichen von COVID-19 sind unter anderem grippeähnliche Symptome wie Fieber, Husten, Atemnot, Müdigkeit, Kopfschmerzen und Halsschmerzen.
- 3- **Es ist wichtig, viel Flüssigkeit zu sich zu nehmen, und Paracetamol bewirkt häufig** eine Verringerung der Symptome und eine Senkung des Fiebers. Antiphlogistika (NSAR) sollten vermieden werden.
- 4- **Sie sollten eine Maske verwenden, um die Ausbreitung** des Virus auf andere zu verhindern.
- 5- **Wenn Sie den Verdacht haben, dass Sie infiziert sind, sollten Sie sich selbst in Quarantäne begeben und sich an Ihren Hausarzt**, den Ihre Herzinsuffizienz betreuenden Krankenpfleger oder den Ihre Herzinsuffizienz behandelnden Arzt wenden, um weitere Empfehlungen bezüglich der Notwendigkeit eines Tests auf das COVID-19-Virus zu erhalten.