

Universitäres
Herz- und Gefäßzentrum
Hamburg



Informationen für Patient:innen

Ihre Gesundheit in besten Händen

Kardiologisch-interventionelle Herz- und Gefäßmedizin

Inhalt

- 4 Exzellente Medizin für unsere Patient:innen
- 7 Unsere Werte
- 8 Das UHZ im Überblick
- 10 Wenn Sie zu uns kommen
- 12 Wenn Sie bei uns sind
- 14 Ihre Behandlung
- 16 Was Herz und Seele brauchen
- 17 Wenn Sie uns wieder verlassen
- 18 Was Herz und Gefäßen gut tut
- 19 Checkliste für Ihren Aufenthalt
- 21 Platz für Ihre Notizen

Liebe Patient:innen,

herzlich willkommen im Universitären Herz- und Gefäßzentrum Hamburg (UHZ). Wir freuen uns, dass Sie uns Ihr Vertrauen schenken. Ihre Gesundheit ist bei uns in besten Händen.

Das Universitäre Herz- und Gefäßzentrum Hamburg bietet universitäre Spitzenmedizin und -pflege. Sie profitieren von exzellenter Betreuung, die sich auf Ihre individuellen Bedürfnisse konzentriert und die Patient:innen als Mensch in den Mittelpunkt stellt. Unsere Ärzt:innen und Pflegeteams sind in ihren Fachbereichen hoch spezialisiert und verfolgen doch ein gemeinsames Ziel: Die Herzen und Gefäße unserer Patient:innen zu heilen – individuell und persönlich. Über Klinikgrenzen hinweg sorgen wir jeden Tag dafür, dass unsere Patient:innen die optimale Behandlung erhalten, und unterstützen sie bei der Vorsorge für ein langes, gesundes Leben.

Als Universitätsklinikum sind wir neben der medizinischen und pflegerischen Versorgung auch für Forschung und Lehre verantwortlich. Wir befassen uns intensiv damit, Erkrankungen besser zu verstehen und spezifische Heilmethoden zu entwickeln. Hierbei gehen wir häufig auch neue Wege. So sichern wir kontinuierliche Innovation und ermöglichen schon heute die führende Medizin von morgen.

Uns ist wichtig, dass Sie sich bei uns wohlfühlen. Deswegen legen wir großen Wert auf eine angenehme Atmosphäre, eine liebevolle Behandlung und Pflege und hohe Fachkompetenz.



Prof. Dr. med. Stefan Blankenberg
Ärztlicher Leiter UHZ
Klinikdirektor Kardiologie



Prof. Dr. med. Paulus Kirchhof
Klinikdirektor Kardiologie



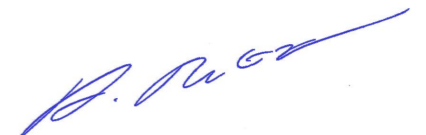
Dr. med. Marko Rimmel
Leitender Oberarzt
Leiter Klinisches Management



Prof. Dr. med. Renate Bonin-Schnabel
Stellv. Klinikdirektorin Kardiologie
Oberärztin



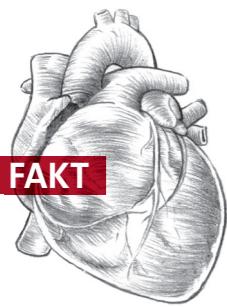
Priv.-Doz. Dr. med. Niklas Schofer
Oberarzt
Bereichsleiter Strukturelle Herzerkrankungen



Prof. Dr. med. Andreas Metzner
Oberarzt
Bereichsleiter Rhythmologie

Exzellente Medizin für unsere Patient:innen

Das Herz ist der zentrale Taktgeber unseres Lebens, der unermüdliche Motor, der nie aufhört, Blut durch unsere Gefäße zu pumpen und es ist unser seelischer Mittelpunkt. „Herzklopfen“ und „Herzschmerz“ – zu keinem anderen Organ haben wir so eine besondere Bindung. Gleichzeitig durchziehen die Gefäße unseren Körper wie ein ausgeklügeltes Straßennetz. Hier muss alles fließen, jeder Weg muss frei sein. Umso härter trifft es uns, wenn es heißt: Das Herz oder die Gefäße sind krank; sie arbeiten nicht richtig und müssen behandelt werden.



FAKT

Das Herz eines Erwachsenen wiegt im Durchschnitt etwa 300 Gramm, das entspricht rund 0,5 Prozent des Körpergewichts. Zum Vergleich: Das Herz eines Blauwals kann bis zu 600 Kilogramm wiegen.

So unterschiedlich der Grund Ihres Aufenthalts auch sein mag: Wir nehmen uns die Zeit, Ihre Symptome und Beschwerden genau zu untersuchen. Wir helfen Ihnen dabei, wieder gesund zu werden oder zu lernen, mit einer Erkrankung wie etwa Bluthochdruck oder Herzrhythmusstörungen besser zu leben. Um Sie optimal versorgen zu können, arbeiten Ärzt:innen und Pflegekräfte aus allen Disziplinen und Fachbereichen des Universitären Herz- und Gefäßzentrum Hamburg eng zusammen. In unserem Team aus Kardiolog:innen, Gefäßmediziner:innen und Herzchirurg:innen wird Ihr Krankheitsbild genau besprochen. So gewährleisten wir, dass Sie die bestmögliche medizinische Versorgung erhalten.

Wir behandeln alle kardiovaskulären Erkrankungen sowie alle Formen von Herzrhythmusstörungen und stehen für exzellente Diagnostik und Therapie sämtlicher Herz- und Gefäßerkrankungen nicht nur bei Erwachsenen, sondern auch bei Kindern. Bei der Behandlung Erwachsener mit angeborenen Herzfehlern (EMAH-Patient:innen) arbeiten wir außerdem erfolgreich mit der Kinderkardiologie und Kinderherzchirurgie zusammen.



Bei Ihnen wurde eine Erkrankung des Herzens oder der Gefäße festgestellt, die wir mit einem schonenden Eingriff behandeln können. Im Universitären Herz- und Gefäßzentrum Hamburg legen wir dabei einen besonderen Schwerpunkt auf moderne interventionelle, sogenannte minimal-invasive Techniken. Für Sie als Patient bedeutet das: keine aufwendige Operation, bei der der Brustkorb oder Bauchraum geöffnet werden muss. Der Zugang erfolgt stattdessen über ein arterielles oder venöses Gefäß. Diese Verfahren sind nicht nur schonend für den Organismus, sondern verursachen auch weniger Narbenbildung als eine Operation. Zum Tragen kommen sie zum Beispiel bei der Implantation eines Herzschrittmachers oder Defibrillators, bei Eingriffen an der Hauptschlagader, dem Venensystem sowie an den Herzklappen.

Das Universitäre Herz- und Gefäßzentrum Hamburg liegt mitten in Hamburg und gehört zu den wichtigsten und leistungsstärksten Zentren für Herz- und Gefäßmedizin in Deutschland. Es ist außerdem einer von bundesweit nur sieben Standorten des Deutschen Zentrums für Herz-Kreislauf-For-

Fassen Sie sich ein Herz!

Bitte nehmen Sie sich vor Ihrem Aufenthalt bei uns und dem Gespräch mit Ihren behandelnden Ärzt:innen etwas Zeit. Denn auch Sie können viel dazu beitragen, dass Sie schnell genesen und Ihre Zeit bei uns so angenehm wie möglich wird. Sicher haben Sie im Vorfeld Fragen. **Schreiben Sie diese gerne auf und zögern Sie nie, uns anzusprechen auch, wenn Ihnen medizinische Fachbegriffe nicht geläufig sind oder Ihnen eine Frage unangenehm ist.** Auf Seite 19 finden Sie eine detaillierte Checkliste, die Ihnen bei der Vorbereitung hilft.



schung e.V. (DZHK). Die Mitglieder decken das gesamte Spektrum der Forschung auf dem Gebiet der Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf einem international hohen Niveau ab. So können Sie sicher sein: Die Besten ihres Fachs ziehen für Sie an einem Strang.

Auch als Universitätsklinikum sind wir führend in der medizinischen Forschung, die in großen Schritten voranschreitet. Sie ermöglicht uns, heute Erkrankungen zu heilen, die vor nur fünf Jahren noch tödlich verlaufen wären. Wir gestalten die neuen Wege der Behandlung und Pflege aktiv mit. So versorgen wir insbesondere sehr komplizierte Herz- und Gefäßerkrankungen nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen. Dabei stehen die Patient:innen und ihre individuellen Bedürfnisse immer im Mittelpunkt unserer Arbeit. Für ihre Wünsche und Ängste haben wir stets ein offenes Ohr. Zudem führen wir laufend Patientenbefragungen durch und erarbeiten daraus Lösungen für die Praxis, um unser Angebot weiter zu verbessern.

Das Universitäre Herz- und Gefäßzentrum Hamburg ist Teil des Universitätsklinikums Hamburg-Eppendorf (UKE) mit rund 2.900 Mediziner:innen und Forschenden, mehr als 80 Kliniken und Instituten sowie etwa 507.000 Patient:innen im Jahr. Für Sie bedeutet das: Ganz gleich, welche Erkrankung Sie haben: Expert:innen aus allen medizinischen Disziplinen sind sofort zur Stelle, um Sie optimal zu versorgen.



Arterien führen das sauerstoffreiche Blut vom Herzen in den Körper, Venen führen das Blut anschließend wieder zurück zum Herzen. Neben dem Blutgefäßsystem verfügt der menschliche Körper zudem über ein komplexes Netz an Lymphgefäßen.

Unsere Werte

Exzellente Medizin und Pflege aus einem Team ist im Universitären Herz- und Gefäßzentrum Hamburg gelebte Praxis. Dies ist unser Leitgedanke, der unsere Arbeit prägt. Unsere Ziele sind die Gesundheit und das Wohlergehen unserer Patient:innen. Für sie forschen wir. Für sie lehren wir. Für sie lernen wir stetig dazu. Ihnen gehört unsere Empathie und Fürsorge.



Fachübergreifend für unsere Patient:innen

Für unsere Patient:innen ziehen alle Kliniken an einem Strang. **Unsere Ärzt:innen und Pflegekräfte arbeiten interdisziplinär zusammen.** Weil jeder im Team exzellente Kenntnisse auf seinem Gebiet hat und sich unsere Kompetenzen produktiv ergänzen, erzielen wir gemeinsam optimale Ergebnisse. Wir gehen bis an die Grenzen des Möglichen und gestalten die Zukunft der Medizin und Pflege – an jedem Tag.

Heilen durch Forschen auf höchstem Niveau

Herausragende Medizin ist nicht selbstverständlich. Sie kann nur geleistet werden, wenn wir nie aufhören, unser Wissen zu erweitern und unser Handeln zu hinterfragen. **Als Teil des Universitätsklinikums forschen wir intensiv daran, Herz- und Gefäßkrankheiten besser zu verstehen und neue, individuelle Behandlungswege zu finden.** Dieses wertvolle Wissen fließt direkt in unsere Arbeit ein. Wir geben es zudem laufend an die nächste Generation von Mediziner:innen und Pflegekräften weiter – zum Wohle des Patient:innen.

Medizin und Technik im Dienste der Patient:innen

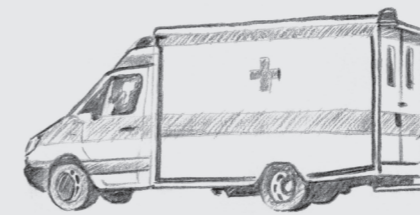
In der Herz- und Gefäßmedizin muss viel Technik eingesetzt werden. **Sie erlaubt es uns, unsere Patient:innen so schonend und präzise wie möglich zu behandeln.** Wir messen unsere Technik an modernsten Maßstäben und setzen sie – individuell abgestimmt – nur dann ein, wenn es für die Gesundheit unserer Patient:innen wirklich notwendig ist.



Seit der Gründung 2005
stehen wir für
exzellente
Herz- und Gefäßmedizin

4 Kliniken

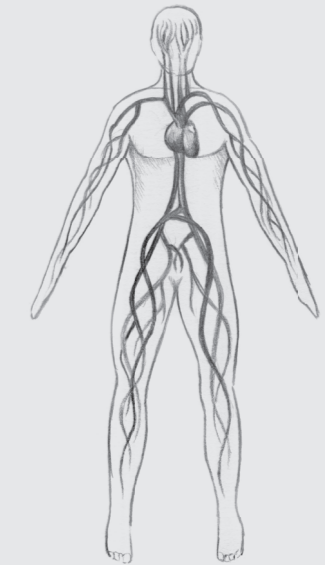
- Klinik für Kardiologie
-
- Klinik für Herz- und Gefäßchirurgie
-
- Klinik für Gefäßmedizin
-
- Klinik für Kinderherzmedizin und Erwachsenen
mit angeborenen Herzfehlern



Rund 30.000 Patient:innen im Jahr

- ambulante Patient:innen 16.500
- ambulante Versorgung von Kindern 2.400
- ambulante Versorgung von EMAH-Patienten 935
- stationäre Patient:innen 10.200
- stationäre Versorgung von EMAH-Patient:innen 565
- Fälle über die Notaufnahme 3.000

Gefäßmedizinische Eingriffe im Jahr



- rund 200 Eingriffe zur
Behandlung von
Verengungen der Halsschlagader
- rund 250 offen-chirurgische
Eingriffe zur Behandlung der pAVK
- rund 540 endovaskuläre oder
offen-chirurgische
Eingriffe an der Hauptschlagader

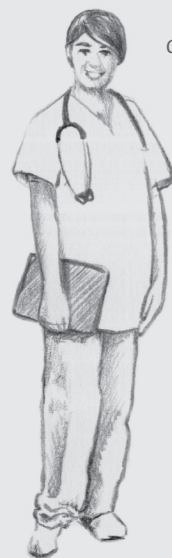


Operationen im Jahr

- Herzchirurgie 2.020
davon Eingriffe mit Herz-Lungen-Maschine 1.200
- Gefäßmedizin 1.780
- Kardiologie & Elektrophysiologie 460
- Kinderherzchirurgie 255
davon Eingriffe mit Herz-Lungen-Maschine 130

	2	11	
	Hybrid-OPs	Stationen	
3		7	5
Intensivstationen		Katheterlabore	Operationssäle

836 Mitarbeiter:innen



- davon Ärzt:innen und wissenschaftliches
Personal
259
-
- davon
Pflegekräfte und Therapeut:innen
355
-
- davon
Intensivpflegekräfte
107

258 Betten



davon 40 Intensivbetten

täglich werden durchschnittlich

130 Patient:innen

in der Herz- und Gefäßambulanz behandelt

Katheter-Eingriffe im Jahr



Kardioversionen

1.360

Katheter-Eingriffe
an Kindern

360

Herzklappeneingriffe

890

Elektrophysiologische
Untersuchungen

2.100

Katheteruntersuchungen
und Interventionen

4.700

Wenn Sie zu uns kommen

Das Vorgespräch

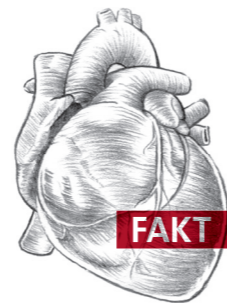
Bevor Ihre Behandlung beginnt, führt unser Ärzt:innenteam bei Ihnen eine Aufnahmeuntersuchung durch, um alle Faktoren Ihrer Erkrankung exakt zu bestimmen und die Diagnose zu bestätigen. Dabei nehmen wir uns viel Zeit für Sie. Es ist wichtig, dass Sie genau über Ihre Beschwerden und Vorerkrankungen Auskunft geben. Auch Dinge, die Ihnen auf den ersten Blick unwichtig erscheinen, können von großer Bedeutung sein. Bitte berichten Sie uns auch von Voruntersuchungen bei anderen Ärzt:innen. Entlassungsberichte aus Ihren persönlichen Unterlagen können helfen, die erforderlichen Informationen zusammenzutragen.

Die stationäre Aufnahme

Bitte melden Sie sich zum vereinbarten Termin am Empfangstresen in Gebäude O50. Wir haben Ihren stationären Aufenthalt geplant und alle Unterlagen für Sie vorbereitet. Bei der Aufnahme erfassen wir Ihre Daten und schließen mit Ihnen den Behandlungsvertrag ab. Zu diesem Zeitpunkt können Sie auch Wahlleistungen buchen. Zudem erhalten Sie nun Ihr Patient:innenarmband. Bitte tragen Sie es während Ihres gesamten Aufenthalts.

Bei den Aufklärungsgesprächen erläutern Ihnen die behandelnden Ärzt:innen den Eingriff und die Abläufe. Zögern Sie nicht, Fragen zu stellen! Bei der pflegerischen Aufnahme wird Ihnen in den meisten Fällen Blut abgenommen, Ihr Blutdruck und Puls gemessen, ein EKG geschrieben und Ihr Gesundheitszustand abgefragt (z. B. Allergien und Unverträglichkeiten). Die Länge des Aufenthalts jedes Patienten ist abhängig von den jeweiligen Symptomen sowie dem Krankheitsbild und daher sehr individuell.

Wir versuchen, die Zimmerwünsche unserer Privatpatienten so gut es geht zu erfüllen. Allerdings haben wir nur eine begrenzte Anzahl an Einzelzimmern. Daher kann es vorkommen, dass wir Ihnen kein Einzelzimmer anbieten können, wenn das Haus ausgelastet ist oder die verfügbaren Zimmer für medizinische Notfälle benötigt werden. Dafür bitten wir um Ihr Verständnis.



Ein Viertel aller Patient:innen im UHZ sind Notfallpatient:innen.

Notfallpatienten:

Wir planen alle Termine genau und sind sehr um einen reibungslosen Ablauf bemüht. Als Krankenhaus der Maximalversorgung nehmen wir unsere Verantwortung sehr ernst und gewährleisten die überregionale Notfallversorgung. Die Reihenfolge der Behandlungen erfolgt daher nach Dringlichkeit. Lebensbedrohliche Erkrankungen werden vorrangig behandelt. Somit kann es vorkommen, dass ein Zimmer erst später zur Verfügung steht oder Behandlungen verschoben werden müssen. Sollte es zu Wartezeiten oder Verzögerungen kommen, bitten wir Sie um Verständnis. Wir haben Sie und Ihre Behandlung dabei stets weiterhin im Blick.

Ihre Medikamente

Wir benötigen von Ihnen genaue Angaben darüber, welche Medikamente Sie regelmäßig einnehmen, und wie lange und oft dies der Fall ist. So können wir Ihren Gesundheitszustand besser einschätzen und Sie individuell behandeln. **Bitte bringen Sie daher, falls vorhanden, Ihren aktuellen Arzneiplan und alle Ihre Medikamente in der Originalverpackung mit** – auch wenn wir Sie während Ihres Aufenthalts mit Präparaten versorgen.

Übrigens: Manchmal unterscheiden sich die Handelsnamen der verordneten Mittel, obwohl der Wirkstoff derselbe ist. **In Ihrem eigenen Interesse sollten Sie während Ihrer Zeit bei uns keine Medikamente ohne Rücksprache mit unseren Ärzt:innen nehmen** – auch nicht solche, die ansonsten täglich auf Ihrem Plan stehen. Es könnten sich Unverträglichkeiten mit den von uns verordneten Mitteln ergeben.

Wenn Sie bei uns sind

Tagesablauf und Mahlzeiten

Morgens

Der Tag beginnt in der Regel zwischen 7 und 8 Uhr: Wir wecken Sie und bringen Ihnen das Frühstück. Das Servicepersonal stellt Ihre Mahlzeit am Büffetwagen nach Ihren Wünschen für Sie zusammen.

Am Vormittag finden häufig verschiedene Therapie- und Diagnostik-Maßnahmen statt, z. B. die Medikamentengabe, der Verbandswechsel oder die Überprüfung Ihrer Vitalparameter.

Visiten

Am Vormittag finden auch die Visiten statt. Dabei besucht Sie ein Team aus Ärzt:innen sowie Gesundheits- und Krankenpfleger:innen, um Ihre weitere Behandlung zu besprechen und Ihre Fragen zu beantworten. Das UKE ist ein Lehrkrankenhaus. Das bedeutet, dass auch Studierende bei der Visite anwesend sein können. Für ihre Ausbildung ist der persönliche Kontakt mit Patient:innen sehr wichtig. Sollten Sie damit nicht einverstanden sein, geben Sie uns bitte Bescheid. Selbstverständlich respektieren wir Ihren Wunsch nach Privatsphäre.

Mittags

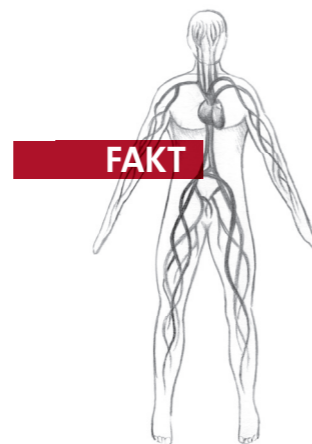
Ab etwa 12 Uhr servieren wir Ihnen das Mittagessen, welches Sie jeweils vormittags bei unserem Servicepersonal aus Menükarten auswählen können. Auf Wunsch erhalten Sie vegetarische oder schweinefleischfreie Menüs.

Nachmittags

Die Zeit zwischen Mittag- und Abendessen gestaltet sich von Patient:in zu Patient:in unterschiedlich. Dies ist oft die beste Zeit, um Besuch zu empfangen. Am Nachmittag reichen wir Ihnen zusätzlich Kaffee oder Tee und Gebäck. Außerdem stehen Ihnen Getränke, Obst und Joghurt jederzeit gratis zur Verfügung.

Abends

Etwa ab 18 Uhr servieren wir Ihnen das Abendessen, das Sie sich ebenfalls am Büffetwagen zusammenstellen können. Aus Rücksicht auf Ihre Zimmernachbar:innen und andere Patient:innen bitten wir Sie, die Nachtruhe ab 21 Uhr einzuhalten.



FAKT

Mit bis zu fünf Meter pro Sekunde fließt das Blut durch ein hochgradig verengtes Gefäß. Zum Vergleich: Das entspricht der zügigen Reisegeschwindigkeit einer Radfahrer:in, eines Radfahrers.

Besuchszeiten

Besuche und die Unterstützung von Familie und Freunden sind wichtig für Ihre Genesung. Ihre Angehörigen und Freund:innen können Sie jederzeit gerne besuchen. Bitte nehmen Sie aber Rücksicht auf Ihre Zimmernachbar:innen und andere Patient:innen: Deshalb möchten wir Sie bitten, keinen Besuch nach 21 Uhr zu empfangen.

Auf den Intensivstationen gelten gesonderte Besuchszeiten. Die Kernbesuchszeit ist von 16 bis 19 Uhr. An Wochenenden und am OP-Tag gelten gesonderte Besuchszeiten, die individuell mit der Intensivstation abzusprechen sind.

Angehörige holen wir im Besuchsraum der Intensivstation ab und bringen sie auf das Patient:innenzimmer. Jedoch kann es aufgrund der Abläufe auf den Intensivstation, z. B. wenn gerade Nachbarpatient:innen versorgt werden, zu Wartezeiten kommen. Wir bitten diesbezüglich um Verständnis.

Zudem sollten nicht mehr als zwei Personen und nach Möglichkeit auch keine Kinder an das Patient:innenbett kommen.

Ihr Patient:innenterminal

Auf dem Nachttisch neben Ihrem Bett finden Sie das Patient:innenterminal: Damit können Sie gratis fernsehen, Radio hören und telefonieren. Ihr eigenes Handy dürfen Sie selbstverständlich auch nutzen. Mit Ihrem Smartphone oder Laptop haben Sie die Möglichkeit, kostenlos das WLAN „UKE_freeWiFi“ zu nutzen. Zudem haben Sie über Ihr Patient:innenterminal die Möglichkeit, an unserer Patient:innenbefragung teilzunehmen – hier können Sie Ihren Aufenthalt bewerten. Wir freuen uns über Ihre Teilnahme, da Sie mit Ihrer Rückmeldung dazu beitragen, das Aufenthaltserlebnis unserer Patient:innen weiter zu optimieren.

Wertsachen

Für Ihre Zeit bei uns im Krankenhaus brauchen Sie nur das Nötigste. Verzichten Sie daher bitte auf große Gepäckstücke sowie auf Wertsachen, wie Schmuck, größere Bargeldsummen, Kreditkarten oder elektronische Geräte. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass wir für verlorene oder gestohlene Gegenstände keine Haftung übernehmen können.

Einkaufsmöglichkeiten

Auf dem 85.000 m² großen UKE-Gelände stehen Ihnen diverse Einkaufsmöglichkeiten zur Verfügung. Auf dem Patient:innenboulevard im 2. Stock des UKE-Hauptgebäudes (O10) finden Sie bspw. einen Blumenladen, eine HASPA-Filiale, eine Postfiliale, einen Kiosk, ein Café und ein Friseursalon. Im „Spectrum am UKE“ gibt es zudem einen Edeka-Markt, eine BUDNI-Filiale, eine Apotheke, eine Bäckerei und vieles mehr. Zusätzlich gibt es im Gebäude O50 einen Kiosk, der werktags von 8 bis 14.30 Uhr geöffnet ist.

Ihre Behandlung

Gemeinsam für Ihre Gesundheit

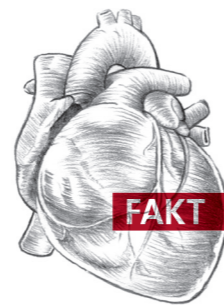
Wir möchten, dass Sie schnell wieder gesund werden. Nicht immer geht dies von heute auf morgen. Und manchmal können wir Beschwerden auch nicht heilen. Wir können Ihnen aber dabei helfen, trotz Ihrer Erkrankung ein weitgehend unbeschwertes Leben zu führen – heute und in Zukunft.

Interventionelle Eingriffe finden oft noch am Tag der Aufnahme statt, spätestens am Tag darauf. Sie werden bis zu diesem Zeitpunkt von unserem Pflegepersonal betreut und zum Eingriff begleitet. Die minimal-invasive Operation findet meist im Herzkatheterlabor, in der kardiologischen Ambulanz oder im Hybrid-OP statt. In vielen Fällen genügt eine örtliche Betäubung. Eine Vollnarkose ist nur selten notwendig. Der Eingriff kann mehrere Stunden in Anspruch nehmen – während des gesamten Zeitraums werden Sie umfassend von Ärzt:innen und Pflegekräften versorgt und beobachtet.

Das Pflegepersonal steht Ihnen während Ihres gesamten Aufenthalts begleitend und beratend zur Seite und ist Ihr ständiger Ansprechpartner:innen. Es überprüft regelmäßig Ihre Vitalwerte, etwa den Blutdruck und die Körpertemperatur, und koordiniert außerdem Ihre Untersuchungstermine. In engem Austausch mit den Ärzt:innen sorgt das gesamte Team dafür, dass Sie so schnell wie möglich genesen.

Was Ihre Angehörigen wissen sollten

Ihre Behandlung ist ein außergewöhnliches Ereignis – auch Angehörige machen sich oft Sorgen und wollen verständlicherweise informiert werden. Gespräche mit Ihren behandelnden Ärzt:innen und Einzelheiten zum Gesundheitszustand unterliegen allerdings der ärztlichen Schweigepflicht. Sofern Sie als Patient:in Ihr Einverständnis dazu gegeben haben, können wir Ihre Angehörigen jedoch gerne informieren.



FAKT

Im Ruhemodus pumpt das Herz rund fünf Liter pro Minute durch den Körper, bei körperlicher Belastung können es bis zu 30 Liter pro Minute sein.

Nüchternheit

Für viele Operationen und Behandlungen ist es notwendig, dass Sie nüchtern sind. Dies bedeutet, dass Sie ab einem festgelegten Zeitpunkt – **in der Regel sechs Stunden vor Einleitung der Narkose** – nichts mehr essen, trinken und auch nicht rauchen dürfen. Hierzu beachten Sie bitte die individuell abgesprochenen Informationen aus Ihrem **Narkose-Vorgespräch**.

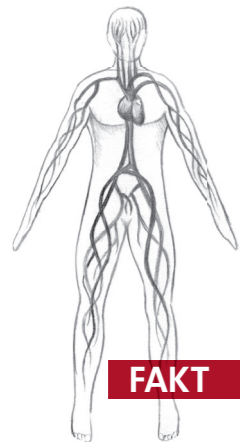
Halten Sie sich bitte an die vorgegebenen Zeiten – auch für den Fall, dass die Wartezeit länger dauert als geplant. **Wenn Sie nicht nüchtern sind, können wir bestimmte Behandlungen nicht durchführen und müssen sie gegebenenfalls verschieben.** So käme es auch für Sie zu neuen, unerwünschten Wartezeiten.

Was Herz und Seele brauchen

Begleitende Angebote

Ihr Wohlergehen liegt uns am Herzen. Wir wollen Sie nicht nur medizinisch optimal versorgen – auch der menschliche Aspekt darf nicht zu kurz kommen. Darum finden Sie bei uns begleitende Angebote, die Ihnen bei Ihren Fragen und Sorgen helfen. Dazu gehören die medizinisch-psychologische Unterstützung durch unsere Psycholog:innen, Gespräche mit Seelsorger:innen und die Betreuung durch unsere ehrenamtlichen Mitarbeitenden bei alltäglichen Aufgaben. Zudem stehen Ihnen im UKE-Hauptgebäude (O10) ein interkonfessioneller „Raum der Stille“ (für muslimische Patient:innen gibt es einen separaten Gebetsraum) und die Dienste unserer Dolmetscher:innen zur Verfügung.

Darüber hinaus ist die Beratung und Unterstützung durch den Sozialdienst ein wichtiger Teil unserer Patient:innenversorgung. Die Mitarbeitenden sind Ansprechpartner:innen für alle Fragen rund um Hilfestellungen im Alltag nach der Entlassung aus der Klinik. Sie unterstützen Patient:innen und deren Angehörige zum Beispiel auch bei der Beantragung eines Pflegegrades und bei allen weiteren persönlichen, finanziellen oder beruflichen Fragen, die sich im Zusammenhang mit der Erkrankung ergeben. Wenn Sie eines dieser Angebote wahrnehmen möchten, geben Sie bitte unserem Pflegepersonal Bescheid.



FAKT

Die Aorta, unsere Hauptschlagader, hat bei gesunden Erwachsenen einen Durchmesser von etwa zwei Zentimeter.

Große Aussackungen (auch: Aneurysma) werden bis zu elf Zentimeter groß.



Wenn Sie uns wieder verlassen

Die Entlassung

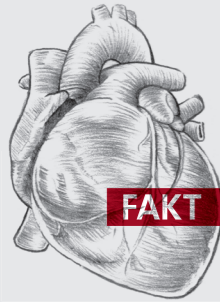
Am Tag Ihrer Entlassung führen Sie Abschlussgespräche mit Ihren behandelnden Ärzt:innen und den zuständigen Gesundheits- und Pflegekräften. Hier haben Sie noch einmal Gelegenheit, alle Fragen und Unklarheiten zu besprechen. Außerdem erhalten Sie einen Entlassungsbericht. Diesen schicken wir zudem an Ihre hausärztliche Praxis, die Fachärzt:innen, die Sie zu uns überwiesen haben, und/oder an das einweisende Krankenhaus.

Den Tag Ihrer Entlassung sollten Sie gemeinsam mit uns bereits vor oder während Ihres Aufenthalts im UHZ vorbereiten. Planen Sie schon vorab Ihren Weg nach Hause: Wer begleitet Sie? Zu welcher Uhrzeit werden Sie abgeholt? Wenn Sie am Entlassungstag niemand abholen kann, sollten Sie sich gegebenenfalls ein Taxi bestellen bzw. von den Mitarbeitern am Empfang oder der Station bestellen lassen. Klären Sie am besten vorher, ob Sie die Taxifahrt selbst zahlen müssen oder ob Ihre Krankenkasse die Kosten übernimmt. Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass das UHZ diese Kosten nicht übernehmen kann.

Ihre Meinung ist uns wichtig: Wenn Sie stationär bei uns sind, würden wir uns freuen, wenn Sie an unserer **Patient:innenbefragung** teilnehmen. Zugang dazu haben Sie über Ihren Bildschirm des Patient:innenterminals an Ihrem Bett.

Reha

Einige Patient:innen können direkt nach ihrer Behandlung an ihren Alltag anknüpfen. Nach größeren Operationen ist jedoch oft eine Reha bzw. Anschlussheilbehandlung notwendig. **Ihre behandelnden Ärzt:innen besprechen mit Ihnen, ob und in welcher Form Sie diese benötigen.** Für die Planung und Organisation des Reha-Aufenthalts steht Ihnen unser internes Reha-Management zur Verfügung. Gemeinsam mit Ihren Angehörigen können Sie den weiteren Ablauf sowie alle offenen Fragen detailliert mit dem Reha-Team vor Ort besprechen.



Was Herz und Gefäßen gut tut – Koronare Herzerkrankungen gehören zu den häufigsten Gesundheitsbeschwerden der Deutschen. Dabei sind rund 90 Prozent der Krankheitsfälle durch Risikofaktoren bedingt, die wir selber beeinflussen können. Die wichtigsten Tipps auf einen Blick.

Ausgewogen essen

Studien belegen: Jede:r Deutsche kann sein Risiko für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung um bis zu 40 Prozent senken. Schon der Verzehr von ein bis zwei Mal Seefisch pro Woche (z. B. Lachs, Makrele, Hering) trägt dazu bei. Die darin enthaltenen Omega-3-Fettsäuren beeinflussen die Blutfettwerte und den Blutdruck positiv, wirken Entzündungen entgegen und tragen dazu bei, dass das Blut besser fließt. Der Blutdruck sinkt. Gut sind auch: viel Obst, Gemüse, Vollkornprodukte und wenig rotes Fleisch.

Die Gefäße fordern

Venen und Arterien leisten jeden Tag Großes: Sie versorgen unsere Organe mit lebenswichtigen Nährstoffen. Allerdings leiden immer mehr Menschen an Gefäßverkalkung. Die Folgen: Herzinfarkt, Schlaganfall und Durchblutungsstörungen der Beine. Damit die Gefäße lange gesund bleiben, gibt es Übungen, die Sie leicht in den Alltag integrieren können – z. B. durch An- und Entspannung der Fuß- und Beinmuskulatur. Vermeiden Sie zudem monotone Haltungen. Gut dagegen sind Radfahren, Treppensteigen und Wassertreten.

Bewegen, bewegen, bewegen

Die Formel ist so einfach wie erschreckend: Wer sich nicht bewegt, wird krank. Dabei haben bereits drei mal 30 Minuten pro Woche aktives Training wie Walken, Radfahren oder Schwimmen positive Wirkung auf unseren Körper. Es stärkt den Herzmuskel sowie die Gefäßinnenhaut und senkt den Blutdruck. Wer nicht gern allein trainiert, kann sich einer Gruppe anschließen, z. B. im Sportverein oder in einer Herz- oder Gefäßsportgruppe. Sie dürfen sich dabei fordern, aber nicht überanstrengen.

Auf Nikotin verzichten

Schon drei bis fünf Zigaretten pro Tag steigern das Herzinfarktrisiko erheblich. Zeitgleich beschleunigen Raucher das Alter Ihrer Gefäße um ein Vielfaches. Dies begünstigt Bluthochdruck, Arterienverkalkung und Schlaganfall. Die gute Nachricht ist: Es gibt viele effektive Wege mit dem Rauchen aufzuhören – allein und auch in der Gruppe. Sprechen Sie mit Ihren Ärzt:innen.

Innehalten und entspannen

Stress aktiviert das sogenannte sympathische Nervensystem. Es kommt zur Ausschüttung von Adrenalin. Doch zu viel davon kann gefährliche Nebenwirkungen haben: Schwindel, Übelkeit und Erbrechen, Durchblutungsstörungen und Herzinfarkt. Wer sich aber regelmäßige Auszeiten gönnt, ist nicht nur leistungsfähiger, sondern schont Herz und Gefäße. Auch gut: Autogenes Training und progressive Muskelentspannung.

Checkliste für Ihren Aufenthalt

Papiere und medizinische Befunde

(soweit vorhanden)

- Krankenkassenkarte
- Telefonnummer und Anschrift Ihrer Krankenkasse
- Einweisungsschein Ihrer hausärztlichen Praxis
- Untersuchungsbefunde zur aktuellen Erkrankung, z. B. Blutbefunde, Röntgenaufnahmen o. ä.
- EKG oder EEG
- Aktuelle und vollständige Medikamentenliste
- Allergiepass
- Impfpass
- Diabetiker:innenausweis
- Röntgenpass
- Blutgruppenausweis
- Implantatausweis
- Kontaktdaten Ihrer Angehörigen
- Patient:innenverfügung (bzw. Kontaktdaten der Notarin/des Notars)
- Vorsorgevollmacht
- ausgefüllter Patient:innenfragebogen

Kleidung und anderes

- bequeme Kleidung
- Schlafanzug oder Nachthemd
- je ein paar Hausschuhe und feste Schuhe
- Bademantel
- ausreichend Unterwäsche und Socken

Körperpflege

- Zahnbürste und Zahnpasta
- Rasiersachen
- Shampoo, Seife und Deodorant
- Kamm, Bürste
- Artikel für Damenhygiene

Medikamente und Hilfsmittel

Wenn Sie regelmäßig Medikamente einnehmen, bringen Sie diese in ausreichender Menge mit – möglichst in der Originalverpackung und mit dem Beipackzettel. Nehmen Sie diese jedoch nie ohne vorherige Absprache mit unseren Ärzt:innen ein.

Denken Sie auch an Hilfsmittel, die Sie benötigen: Rollator, Brille, Zahnersatz, Absauggerät, CPAP-Atemgeräte und anderes. Packen Sie Batterien mit ein, z. B. für Ihr Hörgerät.

Bitte reisen Sie mit leichtem Gepäck an und verzichten Sie auf große Koffer!

Bitte lassen Sie folgende Dinge zu Hause

- Wertsachen, wie Schmuck, elektronische Geräte etc.
- größere Bargeldsummen
- Bank- und Kreditkarten
- eigene Bettwäsche

Nüchternheit

Für einige Untersuchungen oder Behandlungen ist es notwendig, dass Sie längere Zeit vorher nichts gegessen, getrunken und nicht geraucht haben. Fragen Sie deshalb unbedingt nach, bis zu welchem Zeitpunkt Sie noch Nahrung und Getränke zu sich nehmen dürfen!

Anfahrt und Organisation

Informieren Sie sich frühzeitig darüber, wie Sie zum UKE kommen und wie lange die Anfahrt dorthin dauert. Verzichteten Sie nach Möglichkeit auf die Anreise mit dem Auto und nutzen Sie stattdessen öffentliche Verkehrsmittel. Falls Sie doch mit dem Auto kommen, nutzen Sie bitte unsere kostenpflichtige Tiefgarage.

Bleiben Sie mehrere Tage oder Wochen? Dann sollten Sie daran denken, Freund:innen und Verwandte zu informieren. Ist es eventuell nötig, für Verwaltungs- oder Bankangelegenheiten jemandem eine Vollmacht auszustellen? Kümmert sich jemand um Ihre Wohnung (Tiere, Pflanzen, Briefkasten, Abonnements)?

Weitere Informationen finden Sie auf unserer Website: www.uhz.de



A series of horizontal dotted lines for taking notes, extending from the right side of the clipboard illustration down the page.



Handwritten notes area consisting of multiple horizontal dotted lines for writing.

© UHZ | Januar 2024

Alle Rechte vorbehalten.

Nachdruck, Aufnahme in Onlinedienste und Internet sowie Vervielfältigung auf Datenträgern nur mit Genehmigung des Herausgebers.

Herausgeber: Universitäres Herz- und Gefäßzentrum Hamburg
Martinistraße 52, 20246 Hamburg

