



Der kleine Lebensretter: Herzschrittmacher, Defibrillatoren und andere Herzinsuffizienzsysteme

Vom Leben und Umgang mit Schrittmachern und Defibrillatoren

Das Leben nach der Implantation eines Herzschrittmachers bzw. Defibrillators sollte sich nach abgeschlossener Wundheilung und bei richtiger Einstellung des Gerätes kaum von dem Leben vor dem Eingriff unterscheiden. Ziel ist, insbesondere beim Einsetzen eines Herzschrittmachers, dass Sie sich nach dem Eingriff besser fühlen und Ihr Herz wieder gleichmäßig schlägt. Für Patienten mit einem Defibrillator ergibt sich eine zusätzliche Sicherheit, da lebensbedrohliche Herzrhythmusstörungen (Kammerflimmern, Kamertachykardie) durch das Gerät nun unmittelbar erkannt und behandelt werden.

Sie sollten, im Rahmen Ihrer individuellen Möglichkeiten, ein normales Alltagsleben führen können. Dies beinhaltet eine normale Freizeitgestaltung, Reisen (mit Auto, Bahn, Schiff oder Flugzeug), Weiterführung Ihrer Hobbys und ein normales Sexualleben. Duschen, baden und schwimmen ist ebenfalls nach abgeschlossener Wundheilung wieder wie zuvor möglich. Auch bestehen keine Einwände gegen die Benutzung von Solarien, Dampfbädern oder Saunen, soweit dies Ihre Grunderkrankungen nicht ausschließen.

Wann sollte ich zum Arzt gehen?

Grundsätzlich muss die Funktion und Programmierung eines implantierten Herzschrittmachers und Defibrillators regelmäßig durch einen Kardiologen kontrolliert werden. Hierbei werden unter anderem die Sondenfunktion, der Batteriestand und der Fehlerspeicher mit einem speziellen Programmiergerät ausgelesen. Die Abstände zwischen den einzelnen Kontrolluntersuchungen hängen vom implantierten Aggregat und der Grunderkrankung ab. In der Regel ergeben sich Kontrollen in halbjährlichen oder jährlichen Abständen. Unabhängig von diesen Kontrollterminen sollten Sie umgehend Ihren Kardiologen aufsuchen, wenn

- Sie ungewöhnliches Herzklopfen oder ein Herzrasen ohne körperliche Belastung bemerken.
- Ihnen ohne erkennbaren Grund schwindelig wird, Sie das Gleichgewicht verlieren oder Umfallen (Synkope).
- Ihr Puls langsamer ist als sonst.
- Ihr Defibrillator einen Schock abgibt.
- die Implantationsstelle gerötet oder heiß ist, schmerzt oder sich sogar Flüssigkeit wie Eiter entleert.
- Sie Konturen des Aggregats oder der Sonden unmittelbar unter der Haut erkennen bzw. tasten können und eine Perforation durch die Haut droht.

Was sollten Sie als Träger eines Herzschrittmachers bzw. eines Defibrillators beachten?

Die heutzutage implantierten Herzschrittmacher und Defibrillatoren sind mit Einzug der Mikroelektronik in den letzten Jahren erheblich kompakter und deutlich leistungsfähiger geworden. Allerdings können elektronische Schaltungen grundsätzlich durch starke Festmagneten oder elektromagnetische Felder gestört werden. Beinahe jeder kennt das Szenario, wenn man einen starken Magneten auf einen Computer oder neben einen Fernseher legt. Durch den Einfluss des Magneten kommt es zu Fehlfunktionen der Geräte. Entfernt man anschließend den Magneten so funktionieren die Geräte wieder einwandfrei. Ähnliches gilt für implantierte Herzschrittmacher und Defibrillatoren. Die Aggregate sind zwar mithilfe unterschiedlicher Maßnahmen sehr gut gegen eine mögliche Beeinflussung oder Störung von außen geschützt, allerdings kann es trotzdem in seltenen Ausnahmefällen zu Störungen der Gerätefunktion kommen.

Da es unmöglich ist, Ihnen alle hergestellten elektrischen Geräte aufzuzählen, möchten wir Ihnen anhand von Fallbeispielen eine Orientierung geben, wie Sie im Alltag mögliche Störungen erkennen und vermeiden können.



**MARTHA
MARIA**

Unternehmen
Menschlichkeit

Als unbedenklich sind folgende Geräte anzusehen:

- drahtgebundene sowie schnurlose Telefone, Fernseh-, Rundfunk- und Videogeräte (Vorsicht bei Fernsehgeräten mit Röhrenbildschirm! Diese Geräte beinhalten eine Entmagnetisierungsspule, die für einen kurzen Moment aktiv ist, wenn der Netzschalter betätigt wird. In diesem Moment entsteht ein größeres elektrisches Feld, welches einen Schrittmacher bzw. Defibrillator stören kann.)
- Hifi-Anlagen, Infrarotkopfhörer
- Computer und Computerspiele
- Kopierer, Faxgeräte, elektrische Schreibmaschinen
- Waschmaschinen, Wäschetrockner, Geschirrspüler
- Elektroherde, Induktionsherde (auf Infos für Herzschrittmacherträger achten)
- Mikrowellen (nicht über das laufende Gerät beugen)
- Haartrockner, Lockenstab, Rasierer, Staubsauger
- Mixer, Toaster, Elektromesser, elektrische Dosenöffner usw.

Von folgenden Geräten sollten Sie sich eine halbe bis eine Armlänge fernhalten:

- Lötkolben, Entmagnetisierungsgeräte, Geräte mit Elektromotoren
- Funksprechgeräte (15-20 cm)
- Elektrowerkzeuge (Bohrmaschinen, Tischsägen)
- Verbrennungsmotoren mit Zündkerzen (Rasenmäher usw.)
- elektrische Gartengeräte (Heckenschere usw.)
- elektrische Decken und Heizkissen
- Lautsprecher (Stereoanlagen usw.)
- Antennen von Amateur- und CB-Funkanlagen
- Fernsteuerungen (Modellflugzeuge etc.)

Fernhalten sollten Sie sich besonders von Störquellen in Sicherheitsbereichen, die in der Regel mit speziellen Warnschildern gekennzeichnet sind. Hierzu zählen:

- Lichtbogen- und Widerstandsschweißgeräte (auch für den Heimwerkerbedarf), lediglich autogene Schweißgeräte also Schweißgeräte, die ausschließlich mit Gasen betrieben werden sind völlig harmlos
- Induktionsöfen oder elektrische Heizanlagen zur Verformung von Kunststoffen
- elektrische Öfen zur Stahlerzeugung
- große Generatoren, Kraftwerke, elektrische Umspannwerke
- Rundfunksender
- Phasenprüfer-Schraubenzieher (Hierbei erten Sie die Wechselspannung über Ihren Körper und ein implantierter Defibrillator wertet dies als Kammerflimmern und appliziert einen Schock.)

Sollten Sie sich bei einem speziellen Gerät unsicher ein, so schauen Sie zunächst in die Gebrauchsanweisung. Wenn Sie hier keine befriedigende Antwort erhalten erkundigen Sie sich direkt beim Hersteller. Weiterhin können Sie gezielt Ihren Kardiologen oder den Hersteller Ihres Herzschrittmachers oder Defibrillators befragen. Hotlines, Internet- und postalische Adressen der Schrittmacher- und Defibrillatorhersteller finden Sie in Ihren Unterlagen oder erhalten Sie ebenfalls beim Kardiologen.

Insbesondere sind Sportarten kritisch zu betrachten, die in außergewöhnlicher Art und Weise die Arme und den Brustbereich beanspruchen, Schläge auf die Brust erfolgen oder weit ausholende Armbewegungen ausgeführt werden. Hierzu zählen Kraft- und Kampfsportarten, aber auch Sportarten wie Tennis.

Tauchen ist leider nur bis zu einer Tiefe von fünf Metern bedenkenlos möglich, da mit zunehmender Wassertiefe der Wasserdruck zunimmt und sich dieser Druck auf das Herzschrittmacher- bzw. Defibrillatorgehäuse überträgt. Im Gegensatz hierzu können Sie weiterhin Fallschirmspringen. Hierbei nimmt der Umgebungsdruck mit zunehmender Höhe ab.