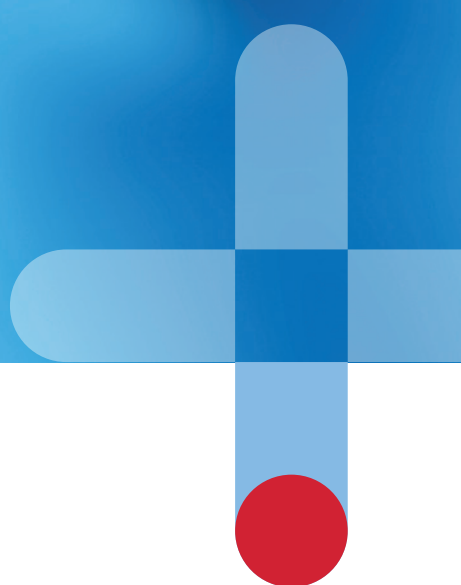


Leben  
Defi



# Mein Leben mit dem Defibrillator

## Informationen

für Patienten, Angehörige und Interessierte



**Krankenhaus der  
Barmherzigen Brüder Trier**



Patienten-  
Informationszentrum

# Mein Leben mit dem Defibrillator

## Patienteninformation

### Impressum

#### Herausgeber

© Krankenhaus der  
Barmherzigen Brüder Trier  
Nordallee 1 · 54292 Trier  
www.bk-trier.de  
info@bk-trier.de

#### Verantwortlich für Text und Inhalt

Anke Kampmann, Pflegeexpertin APN  
Herzinsuffizienz M.Sc.  
Patienten-Informationszentrum  
Ansprechpartnerin:  
Ruth Freudenreich

Ausgabe Juli 2021

#### Layout, Satz und Gestaltung

Marco Nottar Werbeagentur  
Trier | Wasserbillig

**Fotos:** sofern nicht ausgewiesen,  
Archiv des Herausgebers

# Inhalt

Einleitung .....	4
Das Herz .....	6
Was sind Herzrhythmusstörungen? .....	7
Warum brauche ich einen Defi? .....	7
Was ist ein Defi? .....	8
Wie fühlt sich ein Schock an? .....	11
Wie geht es mir mit meinem Defi? .....	12
Meine Familie und meine Freunde .....	13
Die erste Zeit nach Einsetzen des Defis .....	14
Im Krankenhaus .....	14
Vor meiner Entlassung .....	15
Mein Defi-Ausweis .....	15
Meine Wunde .....	15
Meine Kontrolltermine .....	17
Meine erste Zeit zu Hause .....	18
Der Alltag mit meinem Defi .....	19
Wann darf ich wieder Auto fahren? .....	19
Zurück in meinen Beruf .....	19
Sport mit meinem Defi .....	20
Sexualität mit dem Defi .....	21
Mein Umgang mit elektronischen und medizinischen Geräten .....	22
Urlaub mit meinem Defi.....	24
Verhalten am Flughafen .....	25
Der Defi an meinem Lebensende .....	25
Fremdwörter und Abkürzungen .....	26
Kontaktadressen und weitere Informationen .....	28

Hinweis: Aus Gründen der besseren Lesbarkeit wird auf die gleichzeitige Verwendung männlicher und weiblicher Sprachformen verzichtet. Sämtliche Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für alle Geschlechter.

# Einleitung

## Liebe Leserin, lieber Leser,

Ihnen wurde ein Defibrillator (ICD) eingesetzt. Die Abkürzung steht für Implantierter Cardioverter Defibrillator. Das ist der medizinische Fachbegriff. Menschen, die schon länger damit leben, sprechen von ihrem „Defi“. Diese Bezeichnung wird auch in dieser Broschüre verwendet.

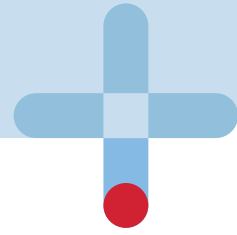
Der Defi ist ein kleines Gerät, das Ihr Herz in seiner lebenswichtigen Funktion unterstützt. Diese Broschüre beantwortet Ihnen, Ihrer Familie und Ihren Freunden viele Fragen zum Umgang mit dem Defi. Wir möchten Sie damit bei der Bewältigung Ihrer neuen Lebenssituation unterstützen.

Sie erklärt außerdem:

- Warum brauchen Sie einen Defi?
- Was ist ein Defi und wie arbeitet er?
- Warum kann der Defi Ihr Leben retten?
- Was verändert sich in Ihrem Alltag?
- Worauf sollten Sie achten?
- Wie fühlt es sich an, wenn der Defi schockt?
- Wie verhalten Sie sich nach einem Schock?
- Wie oft müssen Sie zur Kontrolle Ihres Defis?

Die Broschüre ist ein zusätzliches Informationsangebot. Sie ergänzt die Gespräche mit Ärzten und Pflegepersonal.

**Haben Sie weitere Fragen? Dann wenden Sie sich bitte an Ihren Arzt, das Pflegepersonal der Station oder unsere Defi-Ambulanz. Telefon 0651 208-983764**



Ansprechpartner und Kontaktadressen für weitere Informationen finden Sie ab Seite 28.

Die **fettgedruckten Begriffe** werden ab Seite 26 erklärt.



Beispiel für  
die Größe eines Defis

# Das Herz

Das Herz ist ein Muskel. Seine Aufgabe ist es, das Blut durch den Körper zu pumpen und alle Organe mit Sauerstoff zu versorgen.

Es hat vier Kammern:

- Den rechten und den linken Vorhof (Atrium)
- Die rechte und die linke Kammer (Ventrikel)

Die Pumpleistung des Herzens beträgt normalerweise zwischen 60% und 70%. Bei einer Herzschwäche (**Herzinsuffizienz**) liegt die Pumpleistung unter 40%.

Das Herz besitzt ein eigenes elektrisches System, das Impulse durch das Herz schickt. Dadurch zieht es sich zusammen und pumpt das Blut durch den Körper.

Der Herzschlag beginnt beim natürlichen Schrittmacher des Herzens (**Sinusknoten**) im rechten Vorhof. Er verteilt sich in den beiden Vorhöfen und über einen Verteiler (**AV-Knoten**) in die Kammern: Das Herz zieht sich zusammen und pumpt.

Das geschieht bei einem normalen Rhythmus 60-80 Mal in einer Minute.

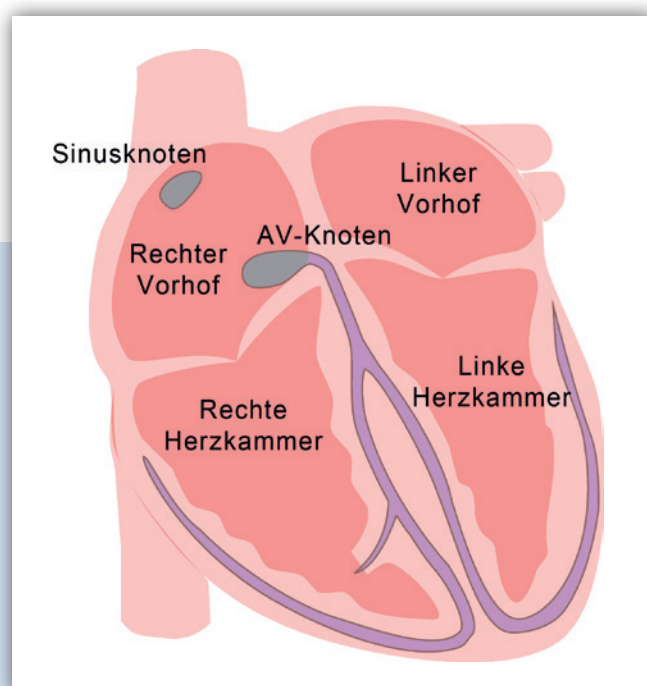


Foto: © U. Bhalraam (Own work) [CC BY-SA 4.0 ([www.creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0](http://www.creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0))], via Wikimedia Commons

## Was sind Herzrhythmusstörungen?

Manchmal arbeitet das elektrische System des Herzens nicht richtig. Das Herz schlägt zu schnell (**Tachykardie**), zu langsam (**Bradykardie**) oder unregelmäßig (**Arrhythmie**). Das Herz pumpt dann nicht richtig.

Herzrhythmusstörungen können in den Vorhöfen oder in der Kammer entstehen. Sie können zum Teil lebensgefährlich sein. Werden sie nicht rechtzeitig erkannt, kann man daran sterben (**plötzlicher Herztod = PHT**).

## Warum brauche ich einen Defi?

Ihr betreuender Arzt hat festgestellt, dass ein Defi für Sie wichtig ist. Nur durch dieses kleine Gerät können Sie Ihre Gesundheit und Lebensqualität erhalten. Warum Sie den Defi benötigen, kann verschiedene Ursachen haben:

- Weil bei Ihnen die Gefahr besteht, dass Sie wegen eines schwachen Herzens (**Herzinsuffizienz**) oder einer anderen Herzerkrankung eine lebensgefährliche Herzrhythmusstörung entwickeln (**= primärprophylaktisch**).
- Oder weil Sie lebensgefährliche Herzrhythmusstörungen in den Herzkammern hatten. Und es besteht die Gefahr, dass diese wieder auftreten (**= sekundärprophylaktisch**).
- Oder weil Sie einen plötzlichen Herztod (PHT) wegen einer lebensgefährlichen Herzrhythmusstörung überlebt haben. Und es besteht die Gefahr, dass dies wieder auftritt (**= sekundärprophylaktisch**).

Ausführliche Erklärungen dazu finden Sie ab Seite 26 unter dem Punkt Herzrhythmusstörungen.

## Was ist ein Defi?

Ein Defi ist ein hochentwickeltes, erprobtes und sehr zuverlässiges Gerät. Es besteht aus einer Batterie und einem Minicomputer. Sein Gehäuse (Aggregat) ist aus Titan. Er wiegt ca. 70 Gramm (siehe Foto Seite 5).

Der Defi wird normalerweise unter einen Muskel unterhalb des linken Schlüsselbeins eingesetzt (implantiert).

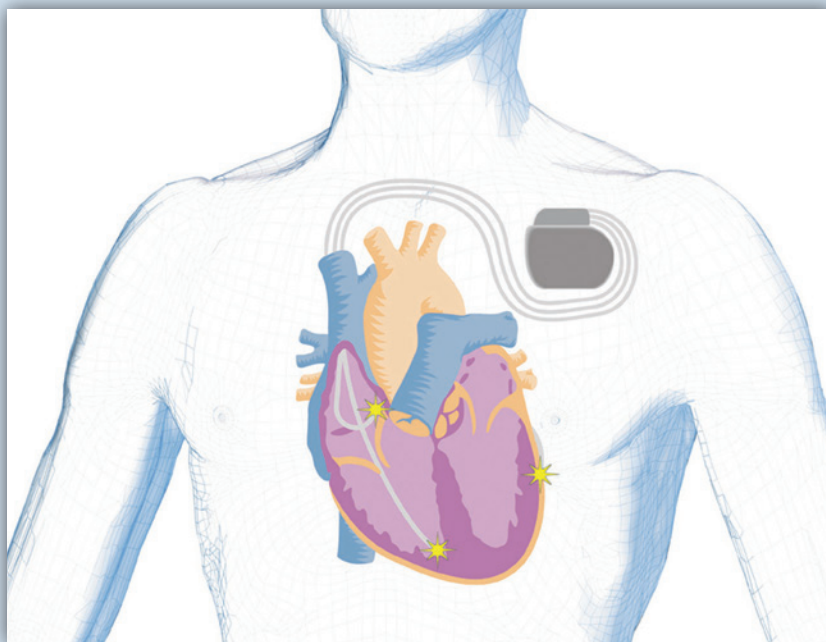


Foto: © [www.bvmed.de](http://www.bvmed.de)

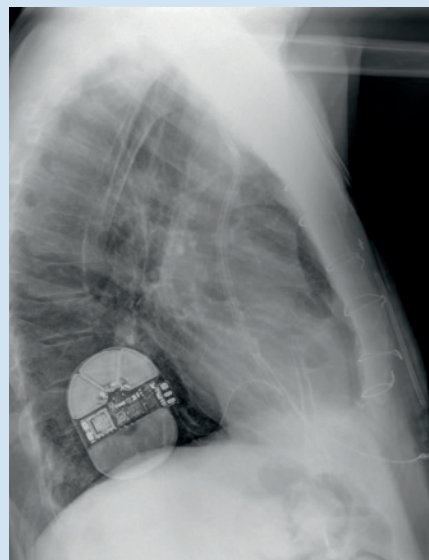
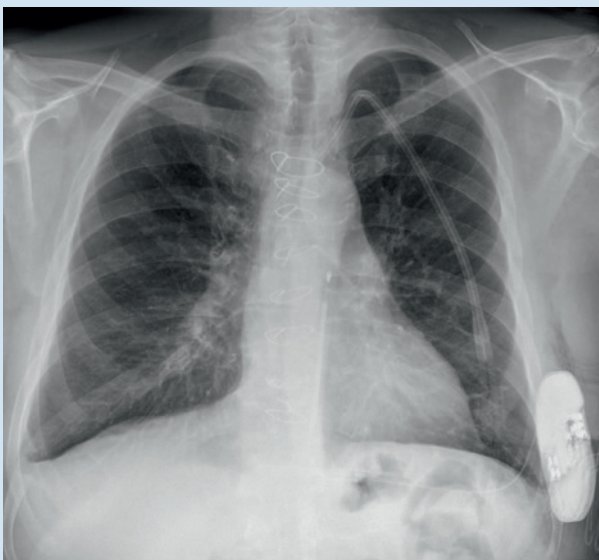
Er ist mit bis zu drei Elektroden (dünnen Drähten) mit dem Herz verbunden. Dazu werden die Elektroden durch die Venen in das Herz geschoben.

Sie leiten Informationen über den Herzschlag an das Gerät weiter. Das geschieht Tag und Nacht. Wenn Sie lebensgefährliche Herzrhythmusstörungen haben, therapiert der Defi diese (siehe Seite 10).



## Der subcutane Defi (S-ICD)

Dieser Defi hat nur eine Elektrode, die ebenfalls unter der Haut in die Höhe des Brustbeins geschoben wird (siehe Abbildung). Das Herz und die Blutgefäße bleiben davon unberührt. Der S-ICD erkennt schnelle, lebensgefährliche Herzrhythmusstörungen und therapiert diese.



Der subcutane Defi im Röntgenbild

**Welcher Defi für Sie der Richtige ist, besprechen Sie gemeinsam mit Ihrem Arzt.**

## Die Defi-Batterie

Die Lebensdauer der Batterie ist von Patient zu Patient sehr verschieden. Ist sie nur noch schwach geladen, meldet sich Ihr Defi mit einem Piepton oder einem Vibrieren. Das hängt von Ihrem Gerät ab.

**Sie brauchen keine Angst zu haben, dass Sie ungeschützt sind, wenn der Defi sich meldet. In der Regel hält die Batterie dann noch ca. 3 Monate.**

Melden Sie sich dann in unserer Defi-Ambulanz. Dort bekommen Sie einen Termin für den Wechsel des Aggregats. Hierbei wird nur das Gerät ausgetauscht. Die Elektroden werden belassen. Sie müssen dafür eine Nacht im Krankenhaus bleiben.

## Wie arbeitet mein Defi?

Ein Defi hat drei Hauptfunktionen. Ihr Arzt stellt ihn genau auf Sie und Ihre Bedürfnisse ein.

1. Ihr Herz schlägt zu langsam: Das Gerät sorgt dafür, dass Ihr Herz wieder schneller schlägt. Es gibt kleine Impulse ab, die sie in der Regel nicht bemerken. Der Defi arbeitet dann wie ein Herzschrittmacher (= **Bradykarde Therapie**).
2. Ihr Herz schlägt zu schnell: Das Gerät gibt Impulse mit niedriger Energie an das Herz ab. Das zu schnell schlagende Herz wird wieder in seinen normalen Rhythmus gebracht (= **Antitachykarde Stimulation (ATP)**).
3. Die Antitachykarde Stimulation wirkt nicht. Es kommt zu einem lebensgefährlichen Herzrasen (Kammerflimmern). Der Defi gibt einen Elektroschock ab, der nur den Bruchteil einer Sekunde andauert. Das nennt sich **Defibrillation** oder **der Defi schockt**. Danach schlägt Ihr Herz wieder normal. Sollte ein Schock nicht ausreichen, kann der Defi auch öfter schocken.

**Mit einem Schock rettet der Defibrillator Ihnen das Leben.**

Der S-ICD besitzt keine Herzschrittmacher- und ATP-Funktion.

## Wie fühlt sich ein Schock an?

Von der bradykarden Therapie und der antitachykarden Therapie spüren Sie normalerweise nichts. Den Schock der Defibrillation werden Sie meist bemerken.

Ein Schock kann auch wehtun. Betroffene beschreiben es unterschiedlich: häufig als „Tritt vor die Brust“. Es kann passieren, dass Sie ohnmächtig werden oder bis auf Muskelkater in der Brust gar nichts bemerken.

Für das Verhalten nach einem Schock kann Ihnen der Schockplan weiterhelfen. Sprechen Sie auch mit Ihren Angehörigen und Arbeitskollegen über den Schockplan.

Ist jemand während eines Schocks bei Ihnen, besteht für denjenigen keine Gefahr, wenn er Sie anfasst. Es ist sogar sehr gut, wenn jemand aufpasst, dass Sie sich nicht verletzen.

## Wie verhalte ich mich nach einem Schock?

### Mein Schockplan

- Sie erleiden einen Schock und haben sonst keine Symptome: Nehmen Sie am nächsten Werktag Kontakt zu unserer Ambulanz auf. Telefon 0651 208-983764
- Sie erleiden **mehrere** Schocks und haben sonst keine Symptome: Rufen Sie die **112** und lassen Sie sich ins Krankenhaus bringen.
- Sie erleiden einen Schock und fühlen sich schlecht, haben Herz- oder Brustschmerzen: Rufen Sie die **112** und lassen Sie sich ins Krankenhaus bringen.
- Ihr Herz schlägt schnell. Sie fühlen sich schlecht, haben aber noch keinen Schock erlitten: Rufen Sie die **112** und lassen Sie sich ins Krankenhaus bringen.
- Sie hören ein Signal oder spüren eine Vibration des Defis. Nehmen Sie am nächsten Werktag Kontakt zu unserer Ambulanz auf.  
**Telefon 0651 208-983764**

## Wie geht es mir mit meinem Defi?

Der Defi ist ein lebensrettendes Gerät. Es kann jedoch sein, dass er sich nach dem Einsetzen wie ein Fremdkörper anfühlt. Sie brauchen etwas Zeit, sich daran zu gewöhnen. Es ist normal, dass Sie sich zuerst unsicher, ängstlich oder überfordert fühlen. Sie werden Ihren Defi nach einiger Zeit akzeptieren und in Ihren Alltag zurückkehren.

**Der Defi hilft Ihnen, fast alle Dinge zu tun, die Ihnen Spaß machen und die Sie gerne tun.**

Vielleicht helfen Ihnen auch folgende Tipps, den Defi anzunehmen:

- Versuchen Sie so viele Informationen wie nötig über Ihren Defi zu erhalten. Das gibt Ihnen Sicherheit.
- Verstehen Sie, dass Ihre Gefühle wie Unsicherheit und Angst normal sind. Darüber zu reden, kann Ihnen helfen.
- Sprechen Sie mit anderen Defi-Trägern. Lernen Sie von deren Erfahrungen (Kontakt Selbsthilfegruppen siehe Seite 28/29).
- Kehren Sie so schnell wie möglich in Ihr normales Leben zurück.
- Sollten sich Ihre negativen Gefühle nach einigen Monaten nicht verändern, sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber. Vielleicht brauchen Sie psychologische Unterstützung.

## Meine Familie und meine Freunde

Es kann sein, dass Ihre Familie und Ihre Freunde wegen des Defis ängstlicher sind als Sie. Möglicherweise sind Ihre Angehörigen überfürsorglich: Sie kontrollieren Sie oft, ob es Ihnen auch gut geht. Sie lassen Sie nicht alleine oder wollen nicht, dass Sie alleine irgendwohin gehen. All das kann für Sie frustrierend und einengend sein.

**Jeder reagiert anders auf Ihren Defi. Lassen Sie Ihre Familie und Ihre Freunde diese Broschüre lesen. Die Informationen können helfen. Sprechen Sie miteinander über Ihre Gedanken und Gefühle. Sprechen Sie auch über den Schockplan.**



Foto: © Rido, Adobe Stock

# Die erste Zeit nach Einsetzen des Defis

## Im Krankenhaus

Nach dem Eingriff kommen Sie normalerweise direkt zurück in Ihr Zimmer. Das Pflegepersonal sagt Ihnen, wie lange Sie noch im Bett liegen müssen. Sie dürfen direkt wieder etwas trinken und nach 2 Stunden bekommen Sie etwas zu Essen.

Wenn Sie Schmerzen an der Wunde haben sollten, sagen Sie es bitte dem Pflegepersonal. Es kümmert sich um ein Schmerzmittel.

Außerdem bekommen Sie noch für die nächsten 3 Tage ein Antibiotikum. Damit verringert sich das Risiko einer Entzündung der Wunde.



## Vor meiner Entlassung

Normalerweise dürfen Sie einen Tag nach Einsetzen des Gerätes wieder nach Hause. Vor Ihrer Entlassung wird der Defi noch einmal von Ihrem Arzt ausgelesen. Er prüft, ob das Gerät richtig arbeitet und stellt es genau auf Ihre Bedürfnisse ein.

Ihr Brustkorb wird nochmals geröntgt, um die richtige Lage der Elektroden in Ihrem Herzen zu überprüfen. Außerdem wird nochmals eine Ultraschalluntersuchung des Herzens durchgeführt.

## Mein Defi-Ausweis

Sie erhalten auch Ihren Defi-Ausweis. Tragen Sie ihn immer bei sich. Er enthält Informationen über Sie, Ihren Defi und zu Ihrem zuständigen Arzt.

Weiterhin bekommen Sie Ihren Arztbrief und eine Informationsbroschüre der Herstellerfirma. Dort finden Sie weitere Hinweise zu dem Gerät.

Außerdem erhalten Sie auch Ihren Termin für die nächste Kontrolle des Defis.

## Meine Wunde

Ihre Wunde braucht ungefähr sechs Wochen, um zu heilen. Es müssen keine Fäden gezogen werden. Sie lösen sich selbst auf.

Ihre Wunde sollte in den ersten 10 Tagen nicht nass werden.

- Möchten Sie duschen? Kleben Sie die Stelle mit einem wasserfesten Pflaster ab. Entfernen Sie dieses danach wieder.

- Tragen Sie keine Creme oder Salbe auf die Wunde auf.
- Gehen Sie in dieser Zeit nicht ins Schwimmbad oder in die Sauna.
- Achten Sie bitte darauf, dass BH-Träger oder Autogurte nicht direkt auf der Wunde scheuern.
- Gehen Sie nach ca. 8-10 Tagen zu Ihrem Hausarzt. Er soll die Wunde kontrollieren.

**Wird Ihre Wunde rot, dick, heiß oder öffnet sie sich und Flüssigkeit tritt aus, gehen Sie bitte direkt zu einem Arzt.**



**Haben Sie noch weitere Fragen?**

**Sind Sie unsicher, wie Sie sich weiter verhalten sollen?**

**Fragen Sie bitte Ihren Arzt oder das Pflegepersonal auf Ihrer Station.**

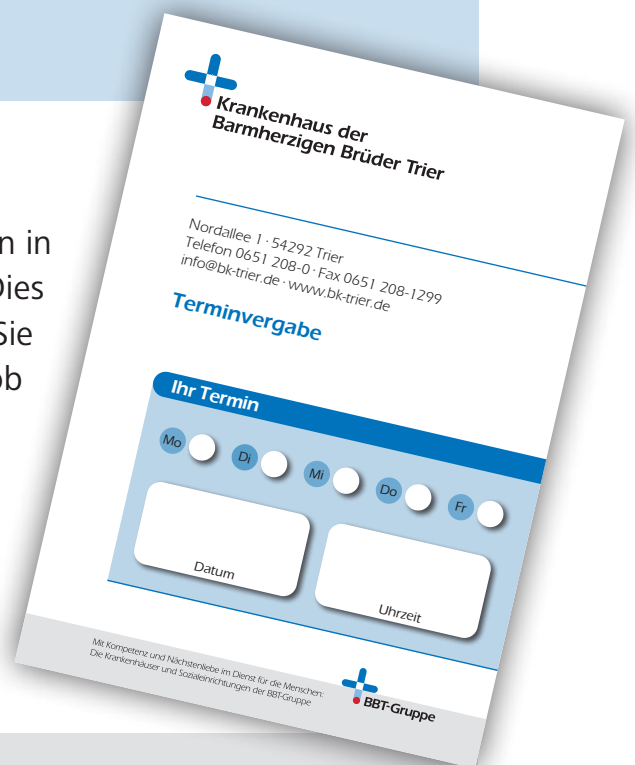
Auch später, bei weiteren Kontrollen, können Sie sich mit Fragen vertrauensvoll an Ihren Arzt wenden.



## Meine Kontrolltermine

Nach Einsetzen des Defis ist es notwendig, ihn in regelmäßigen Abständen zu kontrollieren. Dies kann in unserer Defi-Ambulanz geschehen. Sie können aber auch Ihren Kardiologen fragen, ob er diese Kontrollen durchführen kann.

Während des Kontrolltermins prüft Ihr Arzt die Funktion, den Ladezustand der Batterie und, ob Sie Herzrhythmusstörungen hatten. Er stellt sicher, dass der Defi richtig funktioniert.



**Falls Sie das Gefühl haben, dass etwas mit Ihrem Defi nicht in Ordnung ist, melden Sie sich bitte in unserer Defi-Ambulanz. Die Telefonnummer steht in Ihrem Defi-Ausweis.**

## Die Fernüberwachung

Es besteht die Möglichkeit, die Daten Ihres Defis regelmäßig über das Telefon an Ihren Arzt zu senden. Das funktioniert von Ihnen zu Hause aus mit einem Zusatzgerät.

Ihr Arzt erhält alle wichtigen Informationen, wie bei den Kontrollterminen in der Klinikambulanz oder Praxis. Sollten Ihre Daten auffällig sein, kann Ihr Arzt schnell reagieren und meldet sich telefonisch bei Ihnen.

Das Zusatzgerät, das Sie hierfür benötigen, erhalten Sie vor Ihrer Entlassung.

Für Sie bedeutet das, dass normalerweise nur noch **1x im Jahr** ein Kontrolltermin in Ihrer Klinikambulanz oder Praxis nötig ist.

## Meine erste Zeit zu Hause

Es dauert ungefähr 6-8 Wochen, bis die Defi-Elektroden fest eingewachsen sind. Beachten Sie bitte folgende Bewegungsregeln für den linken Arm:

<b>Zeitpunkt</b>	<b>Zu vermeiden</b>	<b>Erlaubt</b>
Am ersten Tag	Vermeiden Sie es, Ihre Schulter auf der Seite des Eingriffs zu bewegen!	Sie können Ihren Ellenbogen bewegen.
Die ersten 2 Wochen	Heben Sie Ihren Arm nicht über Schulterhöhe!	Sie können den Arm frei unterhalb der Schulterhöhe bewegen.
Die ersten 4 Wochen	Heben Sie nicht mehr als 5 kg! Vermeiden Sie Sportarten wie z.B. Golf, Tennis, oder Schwimmen! Vermeiden Sie heftige Bewegungen der Arme (z. B. Kehren, Holzhacken)!	Nach 2 Wochen können Sie wieder damit beginnen, die meisten Dinge zu tun, die Sie vor dem Eingriff getan haben.
Die ersten 8 Wochen	Vermeiden Sie es, mit einer Schaufel zu arbeiten!	Nach 4 Wochen können Sie wieder fast alles tun, wie vor dem Eingriff.

## Der Alltag mit meinem Defi

Nachdem Sie sich vom Einsetzen des Defis erholt haben, können Sie in Ihr normales Leben zurückkehren. Vielleicht können Sie manche Dinge nicht mehr tun.

**Dafür ist aber nicht Ihr Defi verantwortlich, sondern Ihre Herz-  
erkrankung.**

Hierzu finden Sie auf den nächsten Seiten weitere Hinweise.

### Wann darf ich wieder Auto fahren?

Das hängt davon ab, warum Sie Ihren Defibrillator erhalten haben. Grundsätzlich gibt es klare rechtliche Aussagen. Darüber sollten Sie sich unbedingt auch selbst informieren (siehe Autofahren mit Defibrillator, Seite 30).

- Haben Sie den Defi **primärprophylaktisch** erhalten, sollten Sie ca. **1 Woche** abwarten, bis Sie sich wieder selbst ans Steuer setzen.
- Haben Sie den Defi **sekundärprophylaktisch** erhalten, gelten strengere Regeln. Diese bekommen Sie von Ihrem Arzt mitgeteilt.
- Mit einem Defi dürfen Sie selbst keinen LKW und keinen Bus mehr steuern. Für das Fahren von Taxis gibt es besondere Bestimmungen. Hierzu fragen Sie bitte Ihren Arzt.

### Zurück in meinen Beruf

Normalerweise können Sie nach einer Erholungszeit wieder arbeiten. Informieren Sie Ihren Arbeitgeber, dass Ihnen ein Defi eingesetzt wurde. Erklären Sie ihm auch, aus welchem Grund.

Es gibt einige berufliche Tätigkeiten, die mit einem Defi nicht mehr ausgeübt werden dürfen:

- Arbeiten, bei denen Sie oft schwer heben müssen
- Arbeiten im Bereich von Magnetfeldern oder mit Lichtbogenschweißgeräten
- LKW- und Busfahren

Hier müssen Sie mit Ihrem Arbeitgeber individuelle Lösungen finden.

Fragen zur beruflichen Rehabilitation beantwortet Ihnen die Deutsche Rentenversicherung (Kontakt: Seite 29).

**Sie können als Defi-Träger eine Schwerbehinderung beantragen.**

Zuständig für die Anerkennung Ihrer Schwerbehinderung ist Ihr zuständiges Versorgungsamt (Kontakt: Seite 29).

## Sport mit meinem Defi

**Treiben Sie weiter Sport.**

Welche Sportart Sie betreiben können, hängt **nicht** von Ihrem Defi ab. Das richtet sich nach Ihrer Herzerkrankung und Ihrer körperlichen Belastbarkeit. Viele Sportarten sind erlaubt. Regelmäßiges Training ist besser als seltene, starke Belastungen. Freizeitsport ist problemlos und sinnvoll. Saunabesuche sind erlaubt.

Vielleicht wäre eine Herzsportgruppe für Sie interessant (Kontakt: Seite 29).

Vermeiden Sie:

- Kampfsportarten (z.B. Judo, Karate)

- Sportarten mit Körperkontakt, weil es zu Schlägen oder Stößen gegen das Aggregat kommen kann
- häufiges Squash oder Tennisspielen, wenn die Spielhand auf der Seite des Aggregates liegt
- Tauchtiefen über 5 m
- Schwimmen in unbewachten Gewässern

Falls Sie Bedenken haben, Sport zu treiben, wenden Sie sich an Ihren Kardiologen oder unsere Defi-Ambulanz (Telefon 0651 208-983764).



Foto:  
© ARochau, Adobe Stock

## Sexualität mit dem Defi

Sie können mit dem Defi ein ganz normales Sexualleben haben. Ihr Herz schlägt schneller, während Sie Geschlechtsverkehr haben. Das ist genauso, wenn Sie Sport machen.

**Kommt es während des Geschlechtsverkehrs zu einem Defi-Schock, ist das für Ihren Partner ungefährlich.**

# Mein Umgang mit elektronischen und medizinischen Geräten

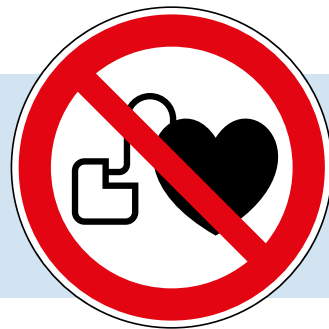
## Elektronische Geräte

Ihr Defi besitzt einen Schutz gegen elektromagnetische Felder.

Die meisten elektrischen Geräte, die Sie im Alltag nutzen, beeinflussen die Arbeit Ihres Defis nicht. Es kann jedoch manchmal passieren, dass elektromagnetische Felder zu Störungen führen. Ihr Defi kann dann nicht richtig arbeiten. Sobald Sie das Feld wieder verlassen, sind Sie wieder geschützt.

Gehen Sie schnell durch die elektrischen Diebstahlsicherungsanlagen in den Kaufhäusern.

**Bitte achten Sie auf dieses Schild**



In der Tabelle finden Sie Geräte, welche die Arbeit Ihres Defis beeinflussen können:

Gerät	Mit Sicherheitsabstand erlaubt	Kontakt vermeiden
Induktionsherd	X (mind. 25 cm)	
magnetische Matratzenauflagen/Kissen		X
Heizdecke/-kissen		X
Körperfettwaage		X

Gerät	Mit Sicherheitsabstand erlaubt	Kontakt vermeiden
Verbaute Magnete in Tablets oder Kopfhörern	X (direkte Lage über dem Defi vermeiden)	
Werkzeuge mit Elektro- oder Verbrennungsmotoren	X	
Elektrisches Schweißgerät		X
Großgeräte am Arbeitsplatz: Transformatoren, Generatoren, Hochspannungsanlagen	X (Rücksprache mit dem Sicherheitsbeauftragten)	X
Mobiltelefone	X (direkte Lage über dem Defi vermeiden)	

Bei Fragen zur Einwirkung von speziellen elektronischen Geräten auf Ihren Defibrillator wenden Sie sich bitte an Ihren Kardiologen.

## Medizinische Geräte

Die meisten Geräte, die Ihr Arzt, Ihr Zahnarzt oder das Krankenhaus verwenden, sind für Sie problemlos.

Sagen Sie Bescheid, dass Sie einen Defi tragen. Zeigen Sie Ihren Defi-Ausweis.

- Röntgenbilder und Untersuchungen mit einem Computertomographen (CT) sind erlaubt.
- Geräte zur Nerven- und Muskelstimulation (TENS) können die Arbeit des Defis stören. Fragen Sie bitte in Ihrer Defi-Ambulanz nach, wenn Ihnen diese Behandlung empfohlen wurde.
- Vor einer Kernspinuntersuchung (MRT) müssen Sie bei Ihrem Arzt nachfragen, ob Ihr Defi dafür geeignet ist. Es gibt Defis, bei denen das erlaubt ist.

**Steht eine Operation an:** Sagen Sie dem zuständigen Arzt, dass Sie Defi-Träger sind, das kann für den Ablauf der Operation wichtig sein.

## Urlaub mit meinem Defi

Selbstverständlich können Sie auch mit Ihrem Defi Urlaub machen. Planen Sie ihn nur besser.

Hitze, Kälte, Aufenthalte über 2000m Höhe, lange Flüge oder Autofahrten vertragen Sie vielleicht nicht mehr so gut. Fragen Sie dazu Ihren Arzt.

Wenn Sie in den Urlaub fahren:

- Nehmen Sie Ihren Defi-Ausweis mit.
- Packen Sie genug Medikamente ein. Am besten in das Handgepäck. Planen Sie Medikamente für mindestens 3 Tage als Reserve ein.
- Lassen Sie sich vom Hersteller des Defis Adressen der Ärzte oder Kliniken an Ihrem Urlaubsort geben. Wenn Sie Probleme haben, melden Sie sich dort.
- Schließen Sie eine Auslandskrankenversicherung ab.



Foto: Anke Kampmann



## Verhalten am Flughafen

An der Sicherheitskontrolle am Flughafen kann das Metallgehäuse Ihres Defis einen Alarm auslösen. Zeigen Sie Ihren Defi-Ausweis vor. Gehen Sie schnell durch den Personenscanner oder außen vorbei. Werden Sie mit einem Handgerät kontrolliert, bitten Sie darum, dieses nicht über Ihren Defi zu halten.

Es gibt dazu mehrsprachige Hinweiskärtchen, die Ihnen die Kommunikation am Flughafen erleichtern. Fragen Sie gerne auf Ihrer Station oder im Patienten-Informationszentrum danach.

## Der Defi an meinem Lebensende

Sie haben Ihren Defi erhalten, um lebensgefährliche Herzrhythmusstörungen zu behandeln.

**Ihr Defi rettet nicht Ihr Leben, wenn Sie an einer anderen, nicht heilbaren Krankheit leiden.**

Defi-Schocks können den Sterbeprozess verlängern. Dies kann für Sie, Ihre Familie und Ihre Freunde eine große Belastung sein.

Es ist möglich, den Defi in dieser Phase abzustellen. Dazu ist es wichtig, dass Sie mit Ihren Angehörigen und Ihrem Arzt über Ihre Wünsche sprechen.

**Vielleicht möchten Sie eine Patientenverfügung erstellen? Schreiben Sie auf, was mit dem Defi passieren soll, wenn Sie im Sterben liegen.**

Das Abstellen des Defis ist schmerzlos. Es wird in jeder Defi-Ambulanz ausgeführt.

# Fremdwörter und Abkürzungen

<b>Arrhythmie</b>	unregelmäßiger Herzschlag
<b>ATP</b>	Antitachykarde Therapie: Der Defi versucht, schnelle Herzschläge zunächst mit schwachen Impulsen zu beenden. Erst wenn diese Impulse nicht ausreichen, gibt der Defi einen stärkeren Stromstoß (Schock) ab.
<b>Atrium</b>	Vorhof (hier: Herz)
<b>AV-Knoten</b>	Atrioventrikularknoten: empfängt elektrische Impulse vom Sinusknoten und leitet sie weiter.
<b>Bradykardie</b>	langsamer Herzschlag
<b>Defibrillation</b>	kontrollierte Abgabe eines Elektroschocks an den Herzmuskel
<b>Herzinsuffizienz</b>	Herzschwäche Die Pumpleistung des Herzens ist reduziert.
<b>Herzrhythmusstörungen (HRS)</b>	1. VT: Ventrikuläre Tachykardie = lebensgefährliche Herzrhythmusstörung in den Herzkammern mit 150-250 Schlägen  2. VF: Ventrikuläre Fibrillation = Kammerflimmern. Höhere Herzfrequenz, als bei einer VT (mehr als 350 mal pro Minute). Das Herz ist nicht mehr in der Lage das Blut in den Kreislauf zu pumpen. Es kommt zu Bewusstlosigkeit und ohne Reanimation zum Tod.

<b>ICD</b>	Implantierter Cardioverter Defibrillator
<b>PHT</b>	Plötzlicher Herztod: ein unerwarteter, natürlicher, durch das Herz verursachter Tod
<b>Primärprophylaktisch</b>	Defi wird bei einer Herzschwäche eingesetzt. Es besteht die Gefahr einer lebensgefährlichen Herzrhythmusstörung.
<b>Sekundärprophylaktisch</b>	Defi wird wegen eines überlebten Herz-Kreislauf-Versagens oder einer gefährlichen Herzrhythmusstörung eingesetzt.
<b>Sinusknoten</b>	Schrittmacher des Herzens, verantwortlich für die Herzfrequenz. Er regelt, wie oft das Herz in der Minute schlägt.
<b>Tachykardie</b>	schneller Herzschlag
<b>Ventrikel</b>	Kammer (hier: Herz)

## Kontaktadressen und weitere Informationen

### Ansprechpartner im Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier

Nordallee 1 · 54292 Trier

#### **Herzzentrum Trier**

#### **Abteilung für Innere Medizin III / Rhythmologie**

Chefarzt: PD Dr. med. Frederik Voss

Sekretariat: 0651 208-982550 oder 0651 208-983761

Defi-Ambulanz: 0651 208-983764

  
Patienten-  
Informationszentrum

Wissen. Zeit. Zuwendung.

Telefon 0651 208-1520

[piz@bk-trier.de](mailto:piz@bk-trier.de)

[www.patienteninformationszentrum.de](http://www.patienteninformationszentrum.de)

Öffnungszeiten:

Montag – Freitag

10:00 – 13:00 und 14:00 – 17:00 Uhr

### Regionale Adressen

#### **SEKIS – Selbsthilfe Kontakt- und Informationsstelle e.V.**

Gartenfeldstraße 22 · 54295 Trier

Telefon 0651 141180 · Fax 0651 9917688

[kontakt@sekis-trier.de](mailto:kontakt@sekis-trier.de) · [www.sekis-trier.de](http://www.sekis-trier.de)

#### **Defi Selbsthilfegruppe Eifel-Mosel**

Selbsthilfegruppe für Menschen mit implantiertem Defibrillator (ICD) und deren Angehörige – Leben mit dem Defibrillator

Ansprechpartner: Heinz Lorse · Telefon 0171 1287655

### **Herz-Sport (Trier)**

#### **Verein für Herzsport und Bewegungstherapie e. V.**

Gesundheitspark Trier · Engelsstraße 31 · 54292 Trier

Telefon 0651 4629864

info@gesundheitspark-trier.de · www.gesundheitspark-trier.de

## Überregionale Kontaktadressen

### **Geschäftsstelle Defibrillator (ICD) Deutschland e. V.**

Richard-Wagner-Straße 4 · 69214 Eppelheim

Telefon 06221 8728994

geschaeftsstelle@defibrillator-deutschland.de · www.defibrillator-deutschland.de

### **Herz in Takt**

**Defi-Liga e. V.** · Postfach 410142 · 48065 Münster

Telefon 0251 68667927 oder 02571 4380

info@defi-liga.de · www.defi-liga.de

### **Deutsche Herzstiftung e. V.**

Bockenheimer Landstraße 94-96 · 60323 Frankfurt am Main

Telefon 069 955128-0 · info@herzstiftung.de

www.herzstiftung.de

## Berufliche Teilhabe und Schwerbehinderung in Rheinl.-Pfalz

### **Versorgungsamt Trier**

Moltkestraße 19 und Reichsabtei 6 · 54292 Trier

Telefon 0651 1447-222

poststelle-tr@lsjv.rlp.de

### **Landesamt für Soziales, Jugend und Versorgung**

www.lsjv.rlp.de · www.einfach-teilhaben.de

### **Deutsche Rentenversicherung Rheinland-Pfalz**

Servicetelefon 0800 100 048 016

service@drv-rlp.de

## Quellen

### **Autofahren mit Defibrillator**

#### **Begutachtungsleitlinien zur Krafftahreireignung, Bundesanstalt für Straßenwesen Bergisch Gladbach**

(Stand: 31.12.2019, Kap. 3.4.1.4)

[www.bast.de](http://www.bast.de)

### **Einwirkungen elektrischer und elektronischer Geräte auf den Defibrillator**

Napp, A., Kolb, C., Lennerz, C. et al. (2019): Elektromagnetische Interferenz von aktiven Herzrhythmusimplantaten im Alltag und im beruflichen Umfeld

Stellungnahme der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK) und der Deutschen Gesellschaft für Arbeitsmedizin und Umweltmedizin (DGAUM) in:

Der Kardiologe (2019) 13: 216-235

<https://leitlinien.dgk.org/2019/elektromagnetische-interferenz-von-aktiven-herzrhythmusimplantaten-im-alltag-und-im-beruflichen-umfeld/> (abgerufen am 27.05.2021)

## Buchempfehlung

Schlepütz, B.; Herz in Takt Defi-Liga e.V. (Hrsg.) (2021): Gut leben mit dem Defibrillator – Wie der neue Alltag mit dem Defi gelingt – Alles, was sie wissen müssen  
Humboldt-Verlag; ISBN: 978-3-8426-2983-7

Bielecki, C.; Bauer, K. (2021): Yoga für ein starkes Herz – mit den richtigen Übungen, Meditation und Atemtechniken die Herzgesundheit fördern

Riva Verlag, ISBN: 978-3-7423-1612-7

→ Katharina Bauer (Jahrgang 1990) ist selbst Defi-Trägerin und Stabhochspringerin. Sie berichtet über ihr Leben mit dem Defi und den positiven Auswirkungen von Yoga auf die Herzgesundheit.

## Notizen

A series of horizontal dotted lines for taking notes.

### **Krankenhaus der Barmherzigen Brüder Trier**

Nordallee 1 · 54292 Trier · Telefon 0651 208-0 (Zentrale) · [www.bk-trier.de](http://www.bk-trier.de)

### **Patienten-Informationszentrum**

Telefon 0651 208-1520

[piz@bk-trier.de](mailto:piz@bk-trier.de)

[www.patienteninformationszentrum.de](http://www.patienteninformationszentrum.de)



**Krankenhaus der  
Barmherzigen Brüder Trier**



**Patienten-  
Informationszentrum**

