

TEIL 1 VON 2 · VORBEREITUNG

Notfallplan Herzinsuffizienz

Alles vorbereiten, bevor etwas passiert. Diese Checkliste einmal ausfüllen, gemeinsam durchgehen und griffbereit aufbewahren.

★ Einschätzung der pflegebedürftigen Person

- ☐ Kann die Person selbst Hilfe holen?
- ☐ Neigt sie zur Verharmlosung oder zur Panik?

Die Antworten bestimmen, wie schnell Sie im Ernstfall selbst aktiv werden müssen.

☑ Wichtige Informationen griffbereit

MEDIZINISCH

- ☐ Diagnose + Stadium
- ☐ Medikamentenplan, beschriftete Medikamente
- ☐ Allergien
- ☐ Basiswerte: Gewicht, Blutdruck, Puls
- ☐ Krankenhausunterlagen
- ☐ Kontaktliste
- ☐ Patientenverfügung / Vollmachten

TECHNISCH

- ☐ Care Monitor
- ☐ Telefon / App
- ☐ Blutdruck- und Pulsmessgerät

Einmal im Monat prüfen, ob App-Benachrichtigungen aktiviert und alle Angehörigen hinterlegt sind.

🔗 Festgelegte Kommunikationskette

1 Sie selbst – Alarm über den Care Monitor oder Anruf

2 Nachbar / Vertrauensperson – schnell vor Ort

3 Pflegedienst

4 Hausarzt / Bereitschaftsdienst – Tel. 116 117

112

Rettungsdienst – bei kritischen Symptomen direkt anrufen

Person für schnelle Hilfe

- ☐ Person festlegen (Nachbar, Angehörige, Vertrauensperson)
- ☐ Aufgaben besprechen
- ☐ Notfallplan gemeinsam durchgehen

Meine Notfallkontakte

ROLLE	NAME	TELEFONNUMMER
Person für schnelle Hilfe		
Nachbar / Vertrauensperson		
Pflegedienst		
Hausarzt		
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	bundesweit	116 117
Rettungsdienst / Notruf	bundesweit	112

Basiswerte & Alarmgrenzen

WERT	NORMAL / ZIEL	ARZT INFORMIEREN AB
Gewicht (morgens, nüchtern)		+2 kg in 24–48 h
Blutdruck		
Puls		
Gewicht täglich zur gleichen Zeit messen – eine schnelle Zunahme ist das früheste Warnzeichen für Wassereinlagerungen.		



Im Zweifel immer die 112.

Lieber einmal zu früh anrufen als einmal zu spät. Der Rettungsdienst entscheidet über das weitere Vorgehen.

Dieser Notfallplan ersetzt keine ärztliche Beratung, Diagnose oder Behandlung. Besprechen Sie ihn mit der behandelnden Ärztin oder dem behandelnden Arzt und passen Sie ihn an die individuelle Situation an. Ausdrucken und gut sichtbar aufbewahren – z. B. am Kühlschrank oder bei den Medikamenten.

© VmedD GmbH · vmedd.de · Teil 1 von 2: Vorbereitung