

# HERZ POST

FÜR HERZPATIENTEN  
& IHRE FAMILIEN



## Gute Reise

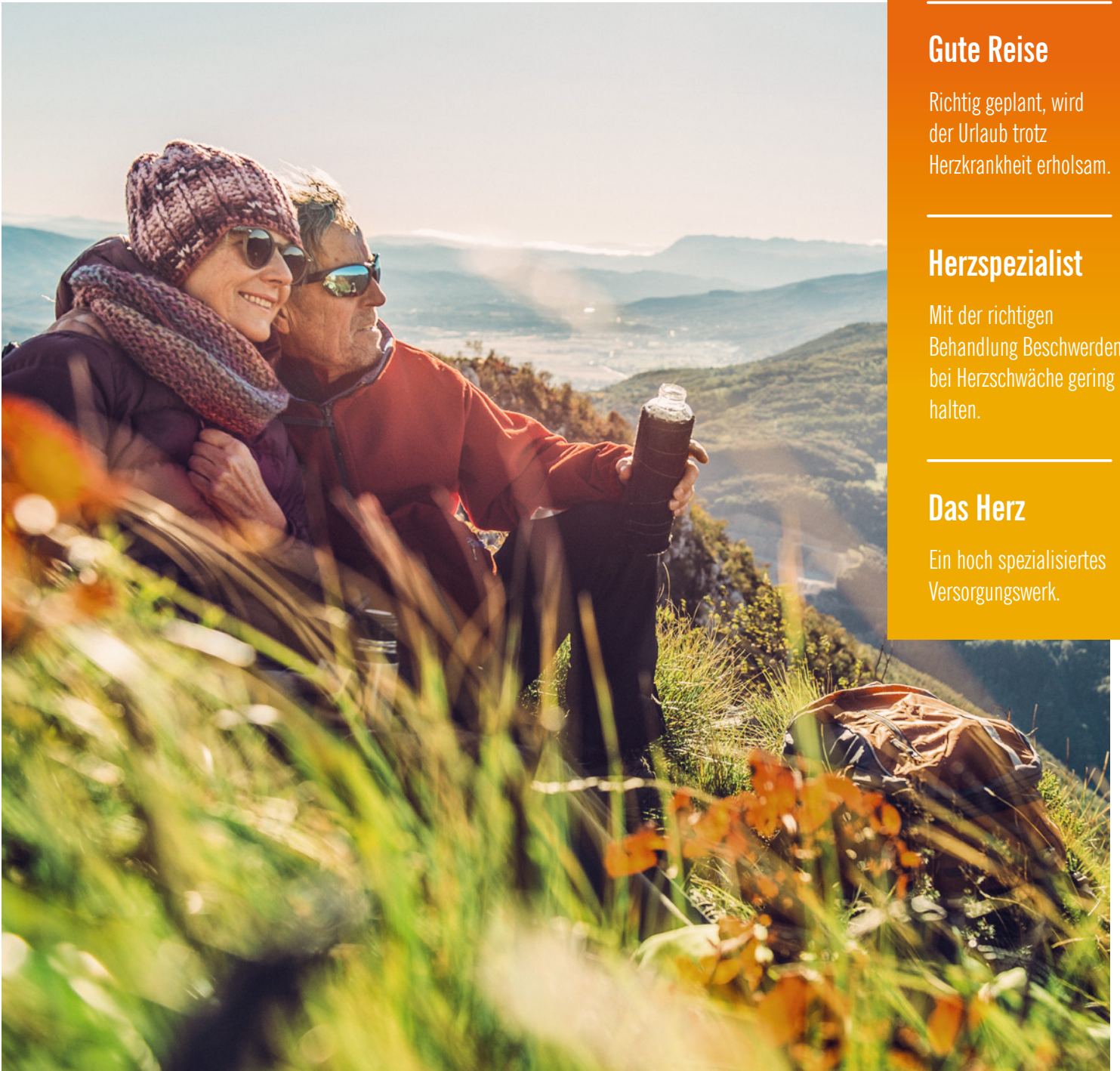
Richtig geplant, wird  
der Urlaub trotz  
Herzkrankheit erholsam.

## Herzspezialist

Mit der richtigen  
Behandlung Beschwerden  
bei Herzschwäche gering  
halten.

## Das Herz

Ein hoch spezialisiertes  
Versorgungswerk.



## INHALT

UNSER KÖRPER _____	3	REPORTAGE _____	9
TITELTHEMA: GUTE REISE _____	4-5	HERZFAKTEN _____	10
(HERZ-) GESUNDE REZEPTE _____	6	NEWS & RÄTSEL _____	11
NACHGEFRAGT _____	7-8	IMPRESSUM _____	11

## Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Sie halten die erste Ausgabe unserer „Herzpost“ in den Händen. In Deutschland leiden knapp zwei Millionen Menschen an chronischer Herzschwäche. Zwei Millionen Menschen, die herzkrank sind, die Hilfe und mitunter auch Zuspruch benötigen, um stark und zuversichtlich den Alltag zu meistern. Leiden Sie an Herzschwäche? Oder gibt es an Herzinsuffizienz erkrankte Menschen in Ihrem Umfeld? Dann möchten wir Sie begleiten, aktuell informieren und auch unterhalten. Mit Geschichten, die von Herzen kommen und ans Herz gehen. Mit Berichten rund um ein gutes Leben – trotz Herzschwäche. Und mit Tipps, die den Alltag mit einem kranken Herz einfacher machen.

Herzinsuffizienz nennen Mediziner die Erkrankung, bei der es zu einem schrittweisen Funktionsverlust des Herzens kommt. Obgleich Herzschwäche nicht heilbar ist, können Betroffene selbst einiges tun. Dazu gehört unter anderem eine regelmäßige Medikamenteneinnahme oder die Anpassung des Lebensstils an die Erkrankung. Das

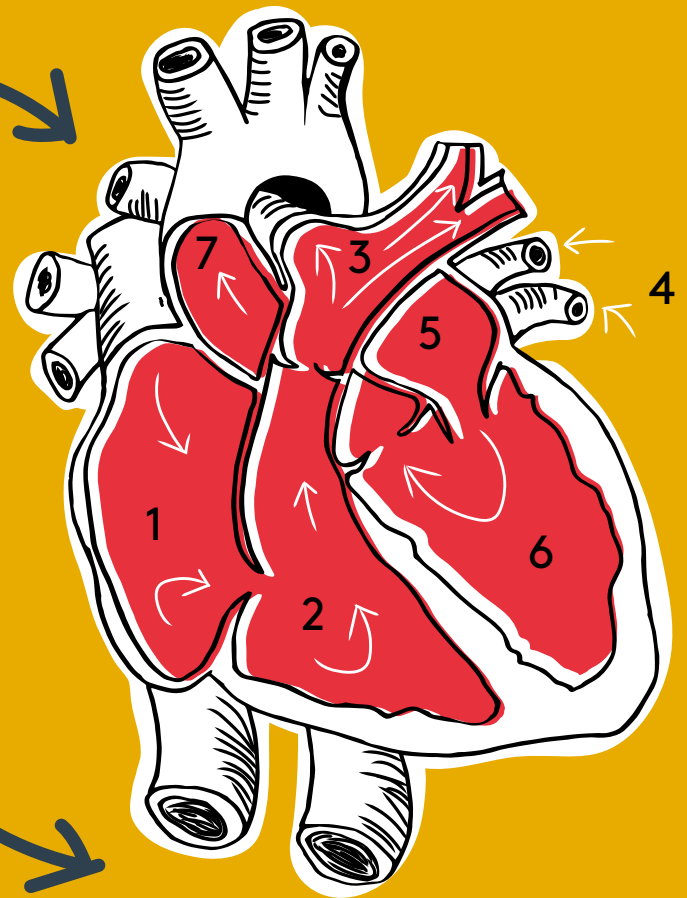
ist zunächst eine Umstellung, aber machbar. Wie es funktioniert? Dabei können wir Ihnen helfen. Einen Anfang macht diese Ausgabe. Reisen trotz Herzschwäche? Unbedingt! Auf den Seiten 4 und 5 schicken wir Sie in den Urlaub und verraten, worauf Sie achten sollten, um die Reise unbeschwert zu genießen. Auf den Seiten 7 und 8 klärt der Präsident der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung (DGK) Professor Hugo A. Katus darüber auf, wie trotz Herzschwäche ein weitestgehend normales Leben möglich sein kann. Und auf Seite 9 berichten wir von Frau Annegret Müller, der es nach der Diagnose „Herzinsuffizienz“ täglich besser geht, weil sie in einer sogenannten Heart Failure Unit in den besten Händen ist.

**Wir wünschen Ihnen  
beim Lesen viel Vergnügen!**

Ihre Redaktion

UNSER

## HERZ

EIN HOCH SPEZIALISIERTES  
VERSORGUNGSWERK

Es schlägt etwa 70-mal in der Minute, 100.000-mal am Tag. Rund 10.000 Liter Blut pumpt das faustgroße Organ am Tag durch den Körper. Enorme Kraft, erstaunliche Ausdauer – unser Herz verrichtet seinen Dienst ein Leben lang.

Das Herz hat eine rechte und eine linke Hälfte – jeweils mit Vorhof und Kammer. Die rechte Hälfte pumpt das Blut in den Lungenkreislauf, die linke schickt es in den übrigen Körperkreislauf.

In der Herzwand stecken Zellen, die elektrische Impulse erzeugen und durch das Herz schicken. Die Impulse aktivieren Herzmuskelzellen, die für eine An- und Entspannung des Herzens sorgen. Zunächst wirken die Impulse auf die Vorhöfe, die sich dadurch zusammenziehen und Blut in die Kammern pumpen. Erreichen die Impulse die Wand der Kammern, ziehen diese sich zusammen und pumpen das Blut gleichzeitig über

1: RECHTER HERZVORHOF 2: RECHTE HERZKAMMER  
3: LUNGENARTERIE 4: LUNGENVENE 5: LINKER HERZVORHOF  
6: LINKE HERZKAMMER 7: HAUPTSCHLAGADER (AORTA)

die Lungenarterie in die Lungengefäße und über die Hauptschlagader in den Körperkreislauf. In den rechten Vorhof strömt das sauerstoffarme Blut. Von dort aus gelangt es über die rechte Kammer in den Lungenkreislauf, wo es durch die Atmung mit Sauerstoff angereichert wird. Danach fließt es in den linken Vorhof und über die linke Kammer in den Körper, wo es Organe und Muskeln mit Sauerstoff versorgt.

Vier Herzklappen sorgen dafür, dass das Blut in die richtige Richtung fließt. Zwei Klappen regeln den Blutfluss von den Vorhöfen in die Kammern. Zwei weitere sind dafür zuständig, dass das Blut von den Kammern in die Arterien fließt.

# GUTE REISE

Den Urlaub trotz  
Herzerkrankung genießen

Gerade Menschen, die durch eine Herzkrankheit beeinträchtigt sind, benötigen Urlaub. Eine Auszeit. Einen Ortswechsel. Natürlich muss das kranke Herz mit. Zum Glück! Denn es wird ihm guttun.

Urlaub und herzkrank? Das passt wunderbar zusammen. Es will bloß gut geplant sein. Dabei reicht es nicht aus, genügend Medikamente in den Koffer zu packen. Zuallererst sollte es darum gehen, beruhigt und entspannt in den Urlaub zu starten. Und das gelingt am besten, wenn alles gut vorbereitet ist.

## Davor: Erst mal zum Arzt

Am Anfang jeder Planung sollte das Gespräch mit dem behandelnden Arzt stehen. Er beurteilt den

aktuellen Gesundheitszustand. Mit ihm sollten alle Fragen vertrauensvoll geklärt werden. Wichtig ist, gemeinsam die Reiseapotheke zu checken, damit unterwegs nichts fehlt. Bestenfalls verordnet der Arzt etwas mehr als gewöhnlich, sollte sich die Heimreise verzögern.

Mitunter raten Ärzte von langen Flugreisen ab. Langes Sitzen im Flugzeug steigert das Risiko für eine Thrombose, die schlimmstenfalls zu einer Lungenembolie führt. Ist Fliegen erlaubt, hilft es, unterwegs viel zu trinken – der behandelnde Arzt kann die genaue Trinkmenge im Flugzeug empfehlen, ebenso ob Thrombosestrümpfe ratsam sind. An Bord: regelmäßig aufstehen, ein paar



Schritte gehen und im Sitzen die Füße kreisen lassen. Dasselbe gilt für Bus- oder Bahnfahrten. Auf langen Autofahrten ist es sinnvoll, häufig Pausen einzulegen und ein wenig zu gehen. Vor Ort beruhigt es, wenn Ärzte in der Nähe sind. Deshalb sollte vor jeder Buchung die medizinische Versorgung in der Umgebung geprüft werden. Gibt es in der Nähe einen deutschsprachigen Arzt? Eine Klinik? Wichtige Notfallnummern am Urlaubsort sollten stets griffbereit sein.

## Besser nicht: Zu heiß und zu hoch

Extreme Hitze tut Menschen mit einer Herzkrankheit nicht gut. Reisen im Hochsommer an die Mittelmeerküste machen ebenso wenig Sinn wie eine Wüstensafari. Genauso belastend für den Kreislauf sind extreme Kälte und Reisen in Gebiete, die höher als 1.500 Meter liegen. Die Luft ist in dieser Höhe sauerstoffärmer, unser Kreislauf muss sich erst darauf einstellen – für Menschen mit Herzschwäche, Bluthochdruck oder koronarer Herzkrankheit eine besondere Belastung.

## Vor Ort: Ruhig angehen lassen

Hektik und Urlaub schließen sich aus. Schwere Gepäckstücke schleppen, zum Bus rennen, zu

### INFOS IM INTERNET

- Wertvolle Informationen für Patienten mit Herzinsuffizienz finden Sie hier: [www.ratgeber-herzinsuffizienz.de/leben-mit-herzinsuffizienz/alltag/urlaub-reisen](http://www.ratgeber-herzinsuffizienz.de/leben-mit-herzinsuffizienz/alltag/urlaub-reisen)

Hier finden Sie auch eine Reise-Checkliste, damit für die Reise alles gut vorbereitet ist und der Urlaub mit einer entspannten Fahrt beginnt.

Terminen hetzen – das belastet Herz und Kreislauf unnötig. Auf Bewegung sollte indes nicht verzichtet werden, maßvolle Belastung unterstützt das Herz. Gemächliches Wandern, entspannte Radtouren oder ein paar Runden im Hotelpool gehören ebenso zu einem Urlaubstag wie regelmäßige Ruhepausen. Bei allen Aktivitäten gilt: Erlaubt ist, was der Arzt erlaubt. Bei Herzschwäche oder auch Herzrhythmusstörungen sollte ein bestimmtes Maß an Belastung nicht überschritten werden.

## Konkret: Organisierte Reisen mit Herz

Einige Reiseveranstalter bieten spezielle Reisen für Menschen mit Herzerkrankungen an. Das Angebot reicht von Herzsport auf Kreuzfahrtschiffen bis hin zu engmaschiger ärztlicher Kontrolle während des gesamten Aufenthalts. Wer online sucht, dem helfen Suchbegriffe wie „ärztlich betreute Reisen“, „Seniorenreise“ oder „Reisen mit Arzt“. Auch sogenannte Kurreisen mit speziellen Gesundheitsprogrammen bieten sich an, um sich mit medizinischer Begleitung zu erholen und gleichzeitig etwas für die Herzgesundheit zu tun.

### DIESE SYMPTOME ERNST NEHMEN!

Treten im Urlaub folgende Symptome auf, sollten Sie schnellstmöglich einen Arzt aufsuchen:

- Ungewöhnlich starke Erschöpfbarkeit
- Schwindel
- Brustschmerz
- Atemnot
- Ungewöhnliche Gewichtszunahme
- Herzrhythmusstörungen
- Starke Kopfschmerzen

# Beherzt kochen

## Salzarm und Lecker

Der Blutdruck sinkt nachweislich, wenn wir weniger Salz essen. Auf verarbeitete Nahrungsmittel zu verzichten, bringt bereits viel. Das heißt zum Beispiel: keine Fertiggerichte, keine Tiefkühlpizza, keine Tütensuppen. Am sinnvollsten ist es, selbst zu kochen und dabei Salz zu vermeiden.

## Gebratener Spargelsalat mit Pesto-Vinaigrette

### ZUBEREITUNG

Den Spargel schälen, die Enden abschneiden und die Stangen in sehr dünne Scheiben schneiden, die Köpfe halbieren. Den Salat putzen, waschen und zerteilen.

Die Spargelscheiben in heißem Öl kräftig anbraten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz vor Ende der Garzeit mit einer Prise Zucker abschmecken. Den Salat unterheben, alles durchschwenken und auf eine Platte geben.

Die Pinienkerne in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten. Inzwischen Knoblauch pellen und zerdrücken. Basilikum zupfen. Alles fein pürieren. Olivenöl und Zitronensaft dazugeben, nochmals pürieren. Vinaigrette über den Spargelsalat geben und servieren.

### FÜR DEN SALAT

- 1 kg frischer weißer Spargel
- 1 Blattsalat, z. B. Radicchio, Rucola, Römersalat
- 2 Prisen Salz
- 1 Prise Zucker
- 2 EL Öl

### FÜR DIE VINAIGRETTE

- ½ bis 1 Knoblauchzehe
- 1 kleiner Topf Basilikum
- 20g Pinienkerne
- 150ml Olivenöl
- Saft von 1 Zitrone
- Schwarzer Pfeffer

# DIAGNOSE HERZSCHWÄCHE

Früh erkannt ist ein normales Leben möglich

Zwei Millionen Deutsche leiden an Herzschwäche. Ihr Körper wird nicht mehr ausreichend mit Blut und damit mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt. Die Erkrankung kann lebensgefährliche Folgen haben. Dabei lassen sich diese Folgen vermeiden, wenn eine Herzschwäche rechtzeitig erkannt wird. Darauf weist der Heidelberger Professor Hugo A. Katus hin, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung (DGK).

**HERR PROFESSOR KATUS, WARUM WIRD EINE HERZSCHWÄCHE OFT NICHT ERNST GENOMMEN?**

**Professor Hugo A. Katus:** Weil wir sie anfangs gar nicht spüren. Unsere Skelettmuskulatur kann die Beeinträchtigung der Herzleistung nämlich kompensieren – und zwar umso länger und besser, je fitter jemand körperlich ist, manchmal jahrelang. Außerdem schieben immer noch viele Betroffene und auch Hausärzte erste Anzeichen eines Leistungsabfalls

auf das zunehmende Alter – ohne etwas zu unternehmen.

**WANN SOLLTE ICH MIR SORGEN MACHEN, DASS MEIN HERZ SCHWÄCHELT?**

Wenn Sie über mehrere Monate schon nach leichter Anstrengung schnell kurzatmig und erschöpft sind und schwere Beine bekommen. Dann kann es sein, dass Ihr Körper bereits mit einer 20 Prozent geringeren Auswurfleistung des Herzens als normal versorgt wird. Das entspricht dem ersten Stadium einer Herzschwäche.



Professor Hugo A. Katus



### WELCHE BESCHWERDEN ZEIGEN SICH IM VERLAUF DER ERKRANKUNG?

Die bereits vorhandenen Symptome wie Atemnot und Erschöpfung nehmen weiter zu. Betroffene legen bis zu zwei Kilo an Gewicht pro Woche zu, weil sich Wasser im Körper ansammelt. Sie haben dann geschwollene Fußgelenke und Beine, leiden in der Nacht unter Atemnot und müssen sich im Bett aufrichten. Dann ist die Herzschwäche bereits in einem kritischen Stadium.

### WAS SOLLTE ICH BEI DEN ERSTEN ANZEICHEN UNTERNEHMEN?

Möglichst bald einen Facharzt aufsuchen, der zuerst die Ursache diagnostiziert und behandelt. Eine solche Herzinsuffizienz, wie die Herzschwäche medizinisch heißt, ist nämlich keine eigenständige Erkrankung, sondern die Folge anderer Erkrankungen, die unter Umständen gut behandelbar sind.

### WAS SIND MÖGLICHE URSACHEN?

Ein schlecht eingestellter Bluthochdruck, eine Arteriosklero-

**„Je früher die Herzschwäche erkannt und behandelt wird, umso geringer ist der dauerhafte Schaden.**

**Dann kann der Betroffene ein normales Leben ohne große Beeinträchtigungen führen.“**

se der Herzkranzgefäße sowie eine genetische Vorbelastung. Auch Herzklappenerkrankungen, Herzmuskelentzündungen, Herzrhythmusstörungen sowie ein Herzinfarkt können ursächlich sein.

### WAS KANN NOCH ZU HERZSCHWÄCHE FÜHREN?

Herzklappenerkrankungen, Herzmuskelentzündungen und Herzrhythmusstörungen, ein vorausgegangener Herzinfarkt. Aber auch eine Chemotherapie bei Krebs greift das Herz an.

### WAS KANN ICH SELBST TUN?

Auf einen gesunden Lebensstil achten, mit ausgewogener Ernährung, vorzugsweise mediterraner Kost, und Übergewicht



vermeiden. Möglichst täglich 20 bis 30 Minuten bewegen, aber mindestens dreimal in der Woche. Auf Nikotin und Alkohol verzichten sowie längeren negativen Stress meiden. Allerdings kann die Herzinsuffizienz nicht verhindert werden, aber ich bin davon überzeugt, dass die Erkrankung später auftritt und den Patienten weniger beeinträchtigt.

### IST HERZSCHWÄCHE HEILBAR?

Nur, wenn ihre Ursache vollständig behoben werden konnte, etwa bei einer Herzklappenerkrankung durch den Einsatz einer neuen Herzklappe. Je früher die Herzschwäche erkannt und behandelt wird, umso geringer ist der dauerhafte Schaden. Dann kann der Betroffene ein Leben ohne große Beeinträchtigungen führen.





# „BEIM DISCOFOX BLIEB MIR DIE LUFT WEG“

## Herzschwäche: Die unerkannte Gefahr

**Annegret Müller (55) leidet an gefährlicher Herzschwäche. Im neuen Zentrum für Herzinsuffizienz am Herzzentrum Leipzig werden chronisch Kranke wie sie besonders intensiv betreut.**

Annegret Müller aus Mockrehna (Sachsen) macht regelmäßig Ausdauer- und Krafttraining, achtet auf ihr Gewicht und gesunde Ernährung. Sie raucht nicht, trinkt selten Alkohol. Auf einer Hochzeit tanzt Annegret Müller mit ihrem Mann. „Beim Discofox blieb mir plötzlich die Luft weg“, erinnert sie sich. Wenige Tage später erhält sie beim Arzt die Diagnose „Herzinsuffizienz“. Ihr Herz pumpt sehr schwach. Körper und

Kreislauf werden nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt.

Im Herzzentrum Leipzig wird ihr schnell geholfen. Hier wurde ein überregionales Herzinsuffizienz-Zentrum eingerichtet – eine sogenannte Heart Failure Unit (HFU, siehe Kasten). Nach einer Herzkatheter- und Blutuntersuchung sowie einer Biopsie bekommt Annegret Müller Medikamente, die ihr Herz entlasten und stabilisieren.

Im Herzzentrum Leipzig kommen modernste Diagnose-Apparate und Therapien zur Anwendung, die Patienten profitieren zudem von der engen Zusammenarbeit verschiedener

Fachbereiche wie Herzchirurgie, Kardiologie, Rhythmologie und Psychologie. Selbstverständlich sind auch regelmäßige Nachkontrollen in Form einer besonderen Nachsorge: Alle Patienten werden nach der Entlassung ambulant weiterbetreut. Bei diesem sogenannten Home-Monitoring ruft eine speziell ausgebildete „Herzschwester“ regelmäßig bei Annegret Müller an. Sie fragt nach Allgemeinzustand, Blutdruckwerten, Bewegungsprofil und Gewicht. Sie erkennt rechtzeitig Verschlechterungen, kann nach Rücksprache mit den Ärzten zum Beispiel die Medikation anpassen. Dadurch lassen sich erneute Krankenhauseinweisungen oft verhindern.



### HEART FAILURE UNIT (HFU)

Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung e.V. (DGK) und die Deutsche Gesellschaft für Thorax-, Herz- und Gefäßchirurgie (DGTHG) zeichnen Praxen, Ambulanzen, Zentren und Kliniken als Heart-Failure-Unit-Zentren aus. „Heart Failure“ ist die englische Bezeichnung für Herzschwäche. HFUs bündeln ihr Wissen speziell für Patienten mit schwerer Herzinsuffizienz. Das Besondere: Kardiologen, Herzchirurgen und niedergelassene Ärzte arbeiten eng zusammen. Die Patienten profitieren so von einer breiten fachlichen Kompetenz. Mehr Infos: [hfu.dgk.org](http://hfu.dgk.org)

# HERZSCHWACH

## UND TROTZDEM SEX?

### Hören Sie auf Ihr Herz!

Viele, die an Herzschwäche leiden, verzichten auf Sex. Sie befürchten, durch diese Form der Anstrengung Herz und Kreislauf zu sehr zu belasten. Hier gilt: Angst ist übertrieben, Aufmerksamkeit hingegen an-

gebracht. Denn natürlich ist es bei Herzinsuffizienz wichtig, das richtige Maß an Belastung zu finden. Damit Sie die Liebe unbeschwert genießen können, hören Sie einfach auf Ihr Herz und wählen Sie Stellungen und Intensität so, dass Sie sich wohlfühlen. Es klingt

zwar unsexy, und doch hilft es, ein Gefühl für das richtige Maß zu entwickeln: Sex ist in etwa so anstrengend wie Staubsaugen. Sind Sie in der Lage, leichte Haushaltsarbeiten auszuführen, wird Sex Sie nicht überanstrengen. Fühlen Sie sich beim Sex dennoch unwohl oder treten Herzinsuffizienz-Symptome auf, sprechen Sie mit Ihrem Arzt. Achtung: Menschen mit einer instabilen Herzinsuffizienz sollten medikamentös zunächst gut eingestellt werden, bevor sie wieder Sex haben.

## Erstaunliche Fakten rund ums Herz



Paare, die verliebt sind, synchronisieren ihren Herzschlag, wenn sie sich drei Minuten in die Augen schauen.

Das Herz kann auch außerhalb des Körpers weiterschlagen. Der Grund: Der Antrieb für die Herztätigkeit liegt im Herz selbst. Hoch spezialisierte Herzmuskelzellen erzeugen elektrische Impulse.

Das Herz erzeugt jeden Tag genug Energie, um einen Lastwagen 32 km fahren zu lassen. Im Alter von 71 Jahren ergibt das eine Strecke bis zum Mond und zurück.

# „Brücken Bauen“ auf dem Seniorentag

Das Motto des 12. Deutschen Seniorentags vom 28. bis 30. Mai 2018 in den Westfalenhallen Dortmund lautet „Brücken bauen“. Menschen

jeden Alters sollen ermutigt werden, auf ihre Mitmenschen zuzugehen und sich in die Gesellschaft einzubringen. Mehr als 200 Veranstaltungen und zahlreiche Mitmachangebote liefern Infos rund um ein erfülltes Leben.

Mehr Informationen und Eintrittskarten erhalten Sie hier: [www.deutscher-seniorentag.de](http://www.deutscher-seniorentag.de)

Bruder von Romulus	↓	↻ 5	Trennungsstrich	Verfall, Zerfall	US-Bundesstaat	↓	Filmschnitt	Fluss durch Heidelberg	↓	↓	italienisch: drei	dt. Automobilpionier (Adam) †	alttd. Längenmaß (1,9 m)	↓	↓	kleines Dachfenster	Sicherheitsgarantie
Tafel-service-teil	→			↓			↓				Krankensalbung	↓		↻ 2			↓
pleite, bankrott			Treffer beim Kegeln („alle ...“)		englisches Gewicht (Unze)	→	↻ 7				Kaltspise		Ablageordner	→			
↳	↻ 3							Warenverzeichnis		Hygieneprodukt	→						Küstengebiet am Mittelmeer
↳					banges Gefühl		↻ 9	künstlicher Wasserlauf	↻				haltbar, zuverlässig		chem. Zeichen: Radium	→	
Stadt an der Ruhr	finnisches Schwitzbad	Ver-mächtnis empfangen		indische Laute	↓					kleines Glieder-tier		Fortsetzungsreihe	→				
altröm. Philosoph † 65	→	↓			↻ 8		fröhliche Feier, kleineres Fest			militärischer Dienstgrad	→					Jäger-rucksack	
↳	↻ 6			schweizerischer Urkanton		Resultat, Resümee	→	↓			↻ 4	Träger der Erbinformationen (Abk.)				Hauch, Fluidum (franz.)	→
Handelsartikel			Missstand	→						chem. Zeichen: Natrium		hinweisendes Fürwort	→				Abk.: Nano-sekunde
indischer Staatsmann † 1964	→					Schall-träger	→			↻ 1					süd-deutsch: Haus-flur	→	
Fremd-wortteil: gegen	→				Teil des Mittel-meers	→							Wiesen-pflanze	→			

1	2	3	4	5	6	7	8	9
---	---	---	---	---	---	---	---	---

Auflösung auf der letzten Seite

## IMPRESSUM

Herausgeber: Novartis Pharma GmbH  
Roonstraße 25, 90429 Nürnberg  
[redaktion.herzpost@novartis.com](mailto:redaktion.herzpost@novartis.com)

Verantwortlich: Mark Grossien, Leiter Kommunikation  
Novartis Deutschland

## Bildnachweise:

- S. 1: Getty Images-Ababsolutum,
- S. 4/10: Getty Images-Westend61,
- S. 6: Getty Images-Muenz, Getty Images-kabVisio,
- S. 7/8: Getty Images-AleksandarNakic

Novartis-Infoservice: Haben Sie medizinische Fragen zu Ihrer Erkrankung oder Novartis-Produkten?

Dann kontaktieren Sie das medizinisch-wissenschaftliche Team des Novartis-Infoservice.

**Telefon:** 0911-27312100\*  
**Fax:** 0911-27212160  
**E-Mail:** [infoservice.novartis@novartis.com](mailto:infoservice.novartis@novartis.com)  
**Internet:** [www.infoservice-novartis.de](http://www.infoservice-novartis.de)

\*Mo. – Fr. von 08:00 bis 18:00 Uhr

Mehr über das Herz und Herzschwäche  
erfahren Sie unter

**WWW.RATGEBER-  
HERZINSUFFIZIENZ.DE**

Praxis-/Apothekenstempel: