

Herzlich willkommen

bei der

Gesprächs- und Selbsthilfegruppe >Rund ums Herz< im Rhein-Sieg-Kreis

Wir

bieten vorwiegend „Selbsthilfe durch Information“ zur Förderung Ihrer Herzgesundheit.

Wir

informieren unter anderem in Vorträgen über medizinische Möglichkeiten zur Behandlung von Herzerkrankungen.

Wir

wollen hilfreich Wege aufzeigen, ob und inwieweit Ihnen eine Gesprächs- und Selbsthilfegruppe behilflich sein kann, über Ängste und Befürchtungen mit Fachleuten zu sprechen.

Wir

wollen auch helfen, vielleicht neue Freundschaften in einem Kreis zu schließen, in dem man sich anerkannt und verstanden fühlt.

Wir

wollen es mit Ihnen versuchen, versuchen Sie es auch einfach mal mit uns.

Ihre

Gesprächs- und Selbsthilfegruppe >Rund ums Herz<

Bitte eventuelle Terminverschiebungen
»»»»»» beachten, die durch die Presse bekannt
gegeben werden. ❄❄❄❄❄

Gruppentermine 2020

am	Thema	Referent	Treffpunkt
Mi 08.01. 18.00 Uhr)	Durchs Schlüsselloch zum Herzen: Minimalinvasive Herzklappen Operationen	PD Dr. med. Ali El-Sayed Ahmad Helios Herz- und Thoraxchirurgie	Helios SU Konferenzräume EG
Mi 05.02. 18.00 Uhr)	Vorhofflimmern – Wie schütze ich mich vor dem Schlaganfall?	Prof. Dr. med. René Andrié, Helios Rhythmologie und Elektrophysiologie	Helios SU Konferenzräume EG
Do 05.03. 18.30 Uhr	Kardiologen- Gespräch	Dr. Rami Rabahieh Praxis Kardiologie SiegburgMed	Helios SU Konferenzräume EG
Do 02.04. 18.30 Uhr	Notrufsysteme für jedermann	Melanie Möchel Leitung Hausnotruf Johanniter	Helios SU Konferenzräume EG
Do 07.05. 18.30 Uhr	Nutzen von Bewegung und anderen Mitteln bei der Prophylaxe und Nachsorge	Dr. Zoi Malamoussi; Kardiologie Sieg Reha	Sieg Reha Mittelstraße 49- 51 53773 Hennef
Do 04.06. 18.30 Uhr	Kardiologen- Gespräch	Dr. Thomas Schmidt, Praxis Kardiologie SiegburgMed	Helios SU Konferenzräume EG
Mi 24.06. 18.00 Uhr)	Neue Techniken in der Herz- Chirurgie: Minimalinvasive Bypass- Versorgung des Herzens	PD Dr. med. Nadejda Monsefi Helios Herz- und Thoraxchirurgie	Helios SU Konferenzräume EG
Do 02.07. 18.30 Uhr	Diabetes und Herz	Dr. Ralf Barion, Diabetes Praxis Rhein- Sieg	Helios SU Konferenzräume EG
Do 06.08. 18.30 Uhr	Ergometer Training unter Aufsicht (Teilnehmer- begrenzung auf 18 Personen)	Anmeldung unter info@rundumsherz.info oder 02241/8996788 AB	Sieg Reha Mittelstraße 49- 51 53773 Hennef
Do 03.09. 18.30 Uhr	Kardiologen- Gespräch	Norbert Esser, Praxis Kardiologie SiegburgMed	Helios SU Konferenzräume EG
Do 01.10 18.30 Uhr	Geführte Wanderung (Teilnehmer- begrenzung auf 25 Personen)	Anmeldung unter info@rundumsherz.info oder 02241/8996788 AB	Sieg Reha Mittelstraße 49- 51 53773 Hennef
Do 03.12. 18.30 Uhr	Kardiologen- Gespräch	Dr. Rami Rabahieh Praxis Kardiologie SiegburgMed	Helios SU Konferenzräume EG

Die mit *) gekennzeichneten Veranstaltungen finden im Rahmen der
Veranstaltungsreihe „Medizin aktuell“ von Helios statt.

Unsere Ziele:

Wir wollen Ihnen helfen, gesund zu bleiben
oder wenn Sie krank sind, mit Ihrer Krankheit
besser fertig zu werden.

Die

Deutsche Herzstiftung e.V.

ist mit der Gesprächs- und Selbsthilfegruppe
>Rund ums Herz< partnerschaftlich verbunden
und sie kämpft für eine bessere Versorgung
der Herzpatienten, insbesondere bei
Herzinfarkt. Und die Alarmzeichen eines
Herzinfarktes sollten Sie in jedem Falle
kennen:

- ◆ schwere, länger als fünf Minuten anhaltende
Schmerzen im Brustkorb, die in Arme,
Schulterblätter, Hals, Kiefer, Oberbauch
ausstrahlen
- ◆ starkes Engegefühl, heftiger Druck, Brennen
im Brustkorb, Atemnot,
- ◆ zusätzlich: Übelkeit, Brechreiz, Angst,
- ◆ Schwächegefühl (auch ohne Schmerz) evtl.
Bewusstlosigkeit,
- ◆ blasse fahle Gesichtsfarbe, kalter Schweiß,
- ◆ nächtliches Erwachen mit Schmerzen im
Brustkorb ist ein besonderes Alarmzeichen,
- ◆ bei Frauen sind Atemnot, Übelkeit,
Schmerzen im Oberbauch, Brechreiz und
Erbrechen häufiger als bei Männern alleinige
Alarmzeichen,
- ◆ wenn Brustschmerzen bei minimaler
Belastung oder in Ruhe auftreten, muss genau
so schnell gehandelt werden, nämlich dann
sofort **NOTRUF 112**

Deutsche Herzstiftung e.V.

Bockenheimer Landstraße 94-96

60323 Frankfurt am Main.

Telefon: 069 955 128 0.

Mit mindestens 36,00 Euro Mitgliedsbeitrag
pro Jahr können Sie die wertvolle Arbeit der
Deutschen Herzstiftung e.V
unterstützen.

Mitgliedsantrag beim Gruppenleiter.
Jahres-Beitrag ist steuerlich absetzbar.