		Ja	Nein	Vereinzelt
1	Fällt Ihnen das Atmen schwer, wenn Sie zwei Etagen gemütlich die Treppe hochgehen?	2	0	1
2	Bekommen Sie schlechter Luft, wenn Sie schnell gehen?	3	1	2
3	Nehmen Sie Tabletten oder Naturprodukte gegen hohen Blutdruck?	3	0	2
4	Fühlen Sie sich schnell müde und erschöpft?	2	0	1
5	Schlafen Sie nachts mit erhöhtem Oberkörper? (z. B. mehrere Kopfkissen oder erhöhtes Kopfteil)	3	0	2
6	Haben Sie nachts anfallsweise Luftnot?	3	0	2
7	Müssen Sie nachts mehr als zweimal zum Wasserlassen aufstehen?	3	0	2
8	Haben Sie geschwollene Füße oder Fußknöchel?	2	0	1
9	Haben Sie hohen Blutdruck?	3	1	2
10	Haben Sie Herzstolpern?	2	0	1
10a	Sie können Ihren Puls messen: Ist er schneller als 80 Schläge pro Minute?	2	0	1
10b	Sie können Ihren Puls messen: Ist er unregelmäßig?	2	0	1

Ihre Punktezahl bitte auf die Vorderseite übertragen

Copyright:
Dr. med. Klaus Edel, Chefarzt der Abteilung für kardiologische Rehabilitation und Prävention, Herz-Kreislauf-Zentrum Klinikum Hersfeld-Rotenburg GmbH, Heinz-Meise-Str. 100, 36199 Rotenburg
T: +496623-88-6105 | F: +496623-88-6114 | Mail: k.edel@hkz-rotenburg.de
www.hkz-rotenburg.de

Evaluation:
Prof. Dr. Clarissa Kurscheid, FiGuS GmbH, priv. Forschungsinstitut für Gesundheits- und Systemgestaltung, Domstr. 55–73, 50668 Köln

© 2019 Alle Rechte vorbehalten, auch die des auszugsweisen Nachdrucks

ÖSTERREICHISCHER HERZVERBAND

NOVARTIS

Weitere Informationen über Herzschwäche finden Sie auf

www.herzstark.at

In Kooperation mit:

ÖSTERREICHISCHER HERZVERBAND

www.herzverband.at

NOVARTIS

Ein Service von **Novartis Pharma GmbH**
Jakov-Lind-Straße 5 / Top 3.05, 1020 Wien
Tel.: +43 1 866 57-0 | Fax: +43 1 866 57-6353
www.novartis.at

Datum der Erstellung: 06/2025, FA-11453116

Herzschwäche: Jeder 5. ist betroffen![1] Kennen Sie Ihr Risiko?

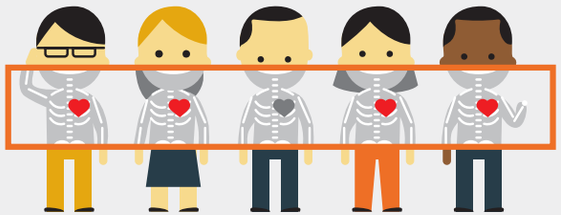
BLUTHOCHDRUCK?
KORONARE HERZKRANKHEIT?
DIABETES?

ERSCHÖPFUNG?
KURZATMIGKEIT?
GESCHWOLLENE BEINE?

MACHEN SIE JETZT DEN TEST!

HERZSTARK.at

Herzinsuffizienz, auch Herzschwäche genannt, ist eine chronische und lebensbedrohliche Erkrankung. Das Herz kann dabei durch eine verminderte Pumpfunktion den Körper nicht ausreichend mit Blut versorgen.[1]



1 von 5 Menschen wird in seinem Leben an Herzinsuffizienz erkranken.

Fakten rund um die Herzschwäche

Das Risiko, an Herzschwäche zu erkranken erhöht sich deutlich, wenn Menschen an Vorerkrankungen wie beispielsweise Diabetes, Koronarer Herzkrankheit (KHK) oder Bluthochdruck leiden.[1] So haben Diabetes-Patienten ein 4-fach höheres Risiko an Herzschwäche zu erkranken als Menschen ohne Diabetes.[2]

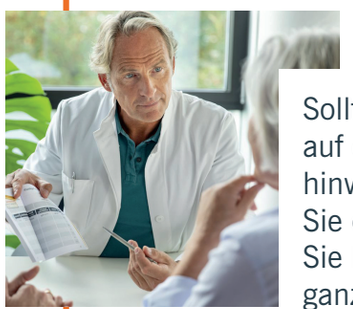
Allein in Österreich wurden 2018 rund 24.000 Patienten wegen Herzschwäche stationär im Krankenhaus aufgenommen.[3]

1 Bui AL, Horwich TB, Fonarow GC. Epidemiology and risk profile of heart failure. Nat Rev Cardiol. 2010; 8(1):30– 41.
2 Alessandra Dei Cas, Gregg C. Fonarow, Mihai Gheorghiade, Javed Butler. Concomitant Diabetes Mellitus and Heart Failure. Current Problems in Cardiology. Volume 40, Issue 1. Pages 7–43
3 Statistik Austria, Jahrbuch der Gesundheitsstatistik 2018. ISBN: 978-3-903264-42-7

Leider werden erste Anzeichen einer Herzschwäche wie beispielsweise Erschöpfung, Kurzatmigkeit oder geschwollene Beine oftmals als typische Altersbeschwerden falsch gedeutet.

Es ist wichtig, eine Herzschwäche rechtzeitig zu erkennen, damit Sie in Zukunft möglichst beschwerdefrei leben können.

Ob bei Ihnen erste Anzeichen für eine mögliche Herzschwäche vorliegen, können Sie mithilfe des Fragebogens auf der rechten Seite einfach überprüfen. Er soll Ihnen helfen, eine Herzschwäche zusammen mit Ihrem Arzt so früh wie möglich zu erkennen und zu behandeln.



Sollte Ihr Testergebnis auf eine Herzschwäche hinweisen, besprechen Sie dies mit Ihrem Arzt. Sie können den Test ganz einfach abtrennen und zu Ihrem nächsten Termin mitbringen.

Machen Sie den Selbsttest – DeHiT (Deutscher Herzinsuffizienz-Test)

Je früher Sie eine Herzschwäche erkennen, desto eher kann sie erfolgreich von Ihrem Arzt behandelt werden. Der Fragebogen ersetzt keine Untersuchung oder Diagnose, sondern bietet eine gute Grundlage für Ihren nächsten Arztbesuch.

Einfach ausfüllen und Punkte (Bewertung auf der Rückseite) zusammenzählen.
10 Punkte und mehr: Herzschwäche möglich
20 Punkte und mehr: Herzschwäche wahrscheinlich

		Ja	Nein	Vereinzelt	Punkte
1	Fällt Ihnen das Atmen schwer, wenn Sie zwei Etagen gemütlich die Treppe hochgehen?				
2	Bekommen Sie schlechter Luft, wenn Sie schnell gehen?				
3	Nehmen Sie Tabletten oder Naturprodukte gegen hohen Blutdruck?				
4	Fühlen Sie sich schnell müde und erschöpft?				
5	Schlafen Sie nachts mit erhöhtem Oberkörper? (z. B. mehrere Kopfkissen oder erhöhtes Kopfteil)				
6	Haben Sie nachts anfallsweise Luftnot?				
7	Müssen Sie nachts mehr als zweimal zum Wasserlassen aufstehen?				
8	Haben Sie geschwollene Füße oder Fußknöchel?				
9	Haben Sie hohen Blutdruck?				
10	Haben Sie Herzstolpern?				
10a	Sie können Ihren Puls messen: Ist er schneller als 80 Schläge pro Minute?				
10b	Sie können Ihren Puls messen: Ist er unregelmäßig?				

Summe: _____