

**Wie kann ich teilnehmen?**

Die Teilnahme ist für Sie ab **65 Jahren** möglich. Bei Vorliegen von Risikofaktoren (wie z.B. Bluthochdruck, Diabetes oder früheren Herz-Kreislauf-Erkrankungen) auch bereits ab **55 Jahren**. Voraussetzung ist immer, dass Sie keine Gerinnungshemmer einnehmen. Alles was Sie benötigen, sind wenige Minuten Zeit sowie ein Smartphone mit Kamera und Internetverbindung.

**Wie oft und wie lange sollte ich messen?**

Jede Messung dauert **eine Minute**. Gemessen werden sollte in den ersten zwei Wochen zweimal täglich, fortan regelmäßig zweimal pro Woche. Sowie grundsätzlich dann, wenn Sie spüren, dass Ihr Herz unregelmäßig schlägt.

**Was kostet das Programm?**

Das gesamte Vorsorgeprogramm, inkl. App, Auswertung sowie der bei Bedarf anschließenden Spezialdiagnostik, ist für Sie, durch Eingabe des Zugangscodes, kostenfrei.

**Was passiert mit meinen Daten?**

Ihre Daten sind stets geschützt: Messergebnisse und personenbezogene Daten werden verschlüsselt und getrennt voneinander gespeichert. Preventicus hat keinerlei Zugriff auf Ihre persönlichen Daten.

**Mehr Wissenswertes zum Thema Schlaganfall und Vorsorgeprogramm finden Sie auch unter:**  
[www.MeinRhythmusLeben.de](http://www.MeinRhythmusLeben.de)



Schauen Sie im Beitrag des Hessischen Rundfunks, wie das Herzstolpern von Matthias Herholz, dank unserer App Preventicus Heartbeats, als Vorhofflimmern diagnostiziert werden konnte.

Scannen Sie dafür den nebenstehenden **QR-Code**, oder geben den folgenden Link in die Adresszeile Ihres Internetbrowsers (z.B. Safari, Firefox oder Chrome, etc.) ein:  
[www.bit.ly/3wbdMVe](http://www.bit.ly/3wbdMVe)

**Bei technischen Fragen hilft Ihnen Preventicus:**

Telefon: 03641 5598-451

E-Mail: [support@preventicus.com](mailto:support@preventicus.com)

**Bei Fragen zum Programm hilft Ihnen Ihre Krankenversicherung:**

Telefon: 0611 99909-660

E-Mail: [IGV@ruv-bkk.de](mailto:IGV@ruv-bkk.de)



In Kooperation mit



Stand: 21.12.2021

Preventicus Heartbeats ist CE-gekennzeichnet und ein zertifiziertes Medizinprodukt (Klasse IIa).  
Preventicus GmbH | Ernst-Abbe-Str. 15 | D-07743 Jena

Ihre persönliche, kostenfreie

**SCHLAGANFALL-VORSORGE**

Neun von zehn Schlaganfällen sind vermeidbar.

Gewinnen Sie Sicherheit mit dem Vorsorgeprogramm *RhythmusLeben*.

Mit der zertifizierten Medizin-App Preventicus Heartbeats

**5.137 Schlaganfälle pro Woche in Deutschland**

Der Schlaganfall zählt zu den schwerwiegendsten Herz-Kreislauf-Erkrankungen. In der Regel verschließt ein entstandenes Blutgerinnsel eine Arterie. Diese kann dem Gehirn in der Folge kein Blut mehr zuführen. Es kommt zu Störungen oder Ausfall unterschiedlicher Körper- und Sinnesfunktionen, mit oft lebenslangen Behinderungen bis hin zum Tod. Oft kommt der Schlaganfall „aus dem Nichts“. Die medikamentöse Unterdrückung der Blutgerinnselbildung ist eine der effektivsten Therapien zur Vorsorge von Schlaganfällen.

**Vorhofflimmern – ein unterschätztes Risiko**

Im Laufe des Lebens kann das Herz ins Stolpern geraten. Das ist meist harmlos. Bei Verdacht auf Vorhofflimmern, der häufigsten Herzrhythmusstörung, ist jedoch Vorsicht geboten. Oft bleibt es unentdeckt, da Vorhofflimmern meist gelegentlich und ohne spürbare Symptome auftritt. Unerkannt und unbehandelt begünstigt es die Bildung von Blutgerinnseln und stellt daher ein sehr hohes Schlaganfallrisiko dar. Die gezielte Erkennung von Vorhofflimmern ist daher ein notwendiger Schritt zur Schlaganfallprävention.

**Gezielt dem Schlaganfall vorbeugen**

Kardiologen empfehlen die regelmäßige Selbstüberwachung des Herzrhythmus. Ärztliche Routine-Untersuchungen allein sind nicht ausreichend, um gelegentliches Vorhofflimmern zu erkennen.

Das Programm „RhythmusLeben“ macht es Ihnen möglich, Ihren Herzrhythmus einfach und zuverlässig per Smartphonekamera im Blick zu behalten. Und falls nötig, profitieren Sie von spezialisierten Kardiologen, die Ihren Haus- oder Facharzt unterstützen.

# 1. App Preventicus Heartbeats laden und regelmäßig den Herzrhythmus messen



Scannen Sie den nebenstehenden QR-Code oder suchen Sie die App **Preventicus Heartbeats** in Ihrem Play- oder App-Store.

Öffnen Sie die App. Wir empfehlen das Einschalten der Push-Mitteilungen. Stimmen Sie den Datenschutzbestimmungen zu und registrieren sich mit Ihrer E-Mail-Adresse. Geben Sie dabei unbedingt den **Zugangscod (Kennung Gesundheitspartner)** aus **Ihrem Anschreiben** an.



Bitte füllen Sie die darauf folgenden Gesundheitsfragen mit Sorgfalt aus. Abschließend unterschreiben Sie den Vertrag direkt in der App – ganz einfach mit dem Finger. **Es entstehen für Sie keinerlei Kosten.**

Messen Sie gemäß der Anleitung in der App regelmäßig den Herzrhythmus, indem Sie Ihren Finger auf der Kamera platzieren.

- + Sie benötigen keine zusätzlichen Messgeräte, nur ein Smartphone mit Kamera und Internetverbindung.
- + Ihre Daten sind sicher und geschützt.

# 2. Ärztliche Verdachtsdiagnose erhalten und Terminvereinbarung beim Kardiologen

Auch bei einem grünen Messergebnis sollten Sie stetig weitermessen, denn Vorhofflimmern kann sporadisch und plötzlich auftreten.

Im Falle einer auffälligen Messung wird diese durch einen Arzt überprüft. Diese sog. „**ärztlich bestätigte Verdachtsdiagnose**“ erhalten Sie als Hinweis in der App. Bitte beachten Sie, dass ein grüne Messung nach einer vorangegangenen roten Messung keine Entwarnung gibt und Sie den Verdacht dringend abklären lassen sollten.



Wählen Sie nun in der App einen am Programm teilnehmenden Kardiologen in Ihrer Nähe aus und vereinbaren einen zeitnahen Termin. Alternativ wählen Sie den „**Telekardiologen**“. Mit ihm können die nächsten Schritte bequem und kontaktfrei zu Hause erfolgen.

- + Sie bekommen innerhalb von zwei Wochen einen Termin beim Facharzt des Programms
- + Telekardiologie – bequem und kontaktlos von zu Hause.



# 3. Herzrhythmus bis zu 14 Tage lang zu Hause durch Tele-EKG prüfen lassen

Das Vorsorgeprogramm bietet Ihnen **kostenlos ein spezielles 14-Tage-EKG**. Im Gegensatz zum üblichen 24-Stunden-EKG kann damit Vorhofflimmern wesentlich wahrscheinlicher bestätigt und Therapie-möglichkeiten besser bewertet werden.

Das kleine Gerät kommt ganz ohne Kabel aus, wird direkt auf die Brust aufgeklebt und bis zu 14 Tage lang zu Hause getragen. Während dieser Zeit überträgt es Ihr EKG direkt zum Kardiologen. Wird Vorhofflimmern bereits vor Ablauf der maximal 14 Tage bestätigt, werden Sie benachrichtigt und können das Gerät vorfristig ablegen. Bei der **Telekardiologie** bekommen Sie das Gerät zugeschickt und werden telefonisch begleitet.



- + Das kleine 14-Tage-EKG ist unauffällig und bequem im Alltag tragbar.
- + Das Programm stellt ausgewählte, spezialisierte Kardiologen mit langjähriger Praxiserfahrung – deutschlandweit und auch in Ihrer Nähe.
- + Deutlich erhöhte Chance Vorhofflimmern zeitnah zu diagnostizieren und Ihr Schlaganfallrisiko erheblich zu vermindern.

# 4. Diagnose und Therapieempfehlung für Sie – Arztbrief für Ihren Haus- oder Facharzt

Am Ende der EKG-Untersuchung stellt der Kardiologe eine **endgültige Diagnose**. Anhand dessen spricht er eine individuelle **Therapieempfehlung** aus. In aller Regel wird Ihnen die Einnahme von gerinnungshemmenden Medikamenten empfohlen. Damit wird die Bildung von Gerinnseln unterdrückt.

**Das kann Ihr wichtigster Schutz vor einem Schlaganfall sein.**

Danach ist das Vorsorgeprogramm beendet und die weitere Betreuung erfolgt bei Ihrem gewohnten Haus- oder Facharzt.

Vom Download der App bis zum Termin beim Kardiologen – Unsere Schritt für Schritt Anleitung erklärt Ihnen ganz genau wie es geht:



Scannen Sie dafür diesen QR-Code mit Ihrer Smartphone-Kamera oder einem QR-Code-Scanner. Alternativ finden Sie die Anleitung auch unter folgendem Link: