

## Leben mit einem implantierbaren Defibrillator (ICD)

Sobald Sie das Krankenhaus verlassen, werden Sie sich rasch daran gewöhnen, mit einem ICD zu leben. Meistens entstehen keinerlei Probleme, aber es gibt einiges, was Sie wissen sollten.

Sie werden sich wahrscheinlich fragen, was Sie noch können und dürfen und worauf Sie künftig besser verzichten sollten. Ist Ihr ICD richtig eingestellt (programmiert) worden und sind Sie ansonsten gesund, können Sie mehr oder weniger so leben wie vor der Implantation, der ICD wird Sie kaum behindern. Es kann sein, dass Sie die Elektroden noch einige Zeit bei bestimmten Bewegungen spüren, gewöhnlich ist dies jedoch nicht der Fall. In den ersten Monaten nach dem Eingriff sollte man allzu heftige Bewegungen und zu große körperliche Anstrengungen noch möglichst vermeiden. Danach können Sie Ihre normalen täglichen Aktivitäten ohne weiteres wiederaufnehmen.

Mit einem ICD können Sie wandern, Rad fahren und Sport treiben. Nur einige Sportarten können Probleme verursachen, wie zum Beispiel Handball oder Kampfsportarten. Ein Schlag oder Tritt auf die Implantationsstelle kann äußerst schmerzhaft sein. Der ICD selbst hält einiges aus, der Anschluss der Elektrode(n) ist jedoch empfindlich.

Nach frühestens 6 Monaten, einer gründlichen Kontrolluntersuchung und sofern keine weiteren Rhythmusstörungen, die zu Schwindel oder gar Bewusstseinsverlust geführt haben, aufgetreten sind, können Sie auch wieder, soweit dies Ihr übriger Gesundheitszustand zulässt, Autofahren. Die Entscheidung hat aber der Amtsarzt Ihrer zuständigen Behörde zu treffen. Bitte legen Sie immer den Sicherheitsgurt an, auch wenn er über den implantierten ICD verläuft. Das Risiko einer schweren Verletzung im Falle eines Unfalles ist ohne Gurt vielfach höher als die Gefahr einer Verletzung des ICD oder des umliegenden Gewebes durch den Gurt.

Es gibt viele Missverständnisse über die Auswirkung von Elektrogeräten auf die Funktion des ICD. Kein elektronisches Gerät außer dem Programmiergerät Ihres Arztes kann die Programmierung Ihres ICDs ändern. Haushaltsgeräte, auch Elektro- oder Mikrowellenherde, beeinträchtigen die Funktion des ICDs nicht.

Falls Sie sich jedoch ein Induktionskochfeld anschaffen möchten, sollten Sie erst Ihren Arzt fragen.

Starke Kraftfelder können ein Problem sein. Diese sind in verschiedenen Abteilungen in Krankenhäusern vorhanden, wo Geräte verwendet werden, die starke elektromagnetische Felder haben, zum Beispiel ein Kernspintomograph oder die Ultrakurzwellengeräte bei Krankengymnasten. In der Regel wissen jedoch die Betreuer dieser Geräte über die Probleme bei ICD Patienten Bescheid und werden Sie keiner Gefahr aussetzen.

Sie können ein Handy benutzen, wenn Sie es nicht zu nah an den ICD halten (mindestens 15 cm entfernt). Zu nah am ICD kann das Signal des Handys Störungen verursachen wenn Sie zum Beispiel das Handy auf der Seite des ICD in der Innenseite des Jacketts tragen. Beim Telefonieren halten Sie das Handy am besten an das Ohr, das am weitesten vom ICD entfernt ist (d.h., telefonieren Sie mit dem linken Ohr, wenn der ICD auf der rechten Seite implantiert wurde).

Diebstahlwarnanlagen in Kaufhäusern und Bibliotheken haben ein Störstrahlpotential, das eine nicht erforderliche Therapie auslösen kann. Passieren Sie zügig den Ein- und Ausgangsbereich von Kaufhäusern und Kassenbereichen. Lehnen Sie sich nicht gegen die meist seitlich (manchmal versteckt) angebrachten Sicherungsschranken im Ein- und Ausgangsbereich. Die Störungen die von diesen Anlagen ausgehen sind jedoch nur vorübergehend, d.h. solange Sie sich zwischen zwei Säulen aufhalten.

Gegen Urlaubsreisen ist nichts einzuwenden. Bitte weisen Sie vor Passage von Sicherheitskontrollen auf Flughäfen Ihren ICD Ausweis vor.

Vielleicht fragen Sie sich, ob mit einem ICD noch ein Sexualleben möglich ist. Glücklicherweise braucht ein ICD da keine Behinderung zu sein.

Auch eine Schwangerschaft braucht kein Problem zu sein. Ist Ihr Herz sonst in guter Verfassung, steht einer Schwangerschaft trotz des ICD nichts im Wege. Sollten Sie eine Schwangerschaft planen, sprechen Sie bitte mit uns darüber.

Beim Abschluss einer Personenversicherung kann ein ICD als zusätzliches Gesundheitsrisiko eingestuft werden. Eventuell wird man Sie von der Versicherung ausschließen oder eine höhere Prämie verlangen. Die diesbezüglichen Bedingungen sind bei jeder Versicherungsgesellschaft und in jedem Land verschieden. Erkundigen Sie sich bitte bei den betreffenden Gesellschaften in Ihrem Land. Auch beim Abschluss einer Lebensversicherung oder einer Hypothek kann ein ICD ein Problem sein. Auch wenn Sie sich vollkommen gesund fühlen bleibt die Tatsache bestehen, dass Sie einen Herzfehler haben und somit etwas mehr gesundheitsgefährdet sind. Versicherungsgesellschaften sind davor auf der Hut. Verschweigen Sie, dass Sie einen ICD tragen, und stellt sich dies später heraus, können noch größere Probleme entstehen. In diesem Fall kann die Versicherung die Auszahlung verweigern und sich darauf berufen, dass Sie wichtige sachdienliche Angaben verschwiegen haben.

In den meisten Fällen kann die Arbeit ohne weiteres wiederaufgenommen werden. Jedenfalls ist ein ICD kein Grund, Sie für völlig oder teilweise arbeitsunfähig zu erklären. Besprechen Sie mit Ihrem Arzt, welche Geräte für Ihren ICD gefährlich sind und welchen Abstand Sie sicherheitshalber halten sollten. Große Transformatoren oder elektrische Schweißgeräte, könnten eine Störung verursachen.

Manche Leute haben wegen Ihres ICD Schwierigkeiten, Arbeit zu finden. Sollten Sie mit einem solchen Vorurteil konfrontiert werden oder dies vermuten, dann hilft es vielleicht, wenn Sie die betreffende Person an uns verweisen. Wir werden uns bemühen eventuelle Bedenken oder Zweifel auszuräumen.

### **Verhaltenshinweise**

Wenn sich eine Tachyarrhythmie ankündigt (plötzliches Herzklopfen, Schwindel), suchen Sie einen Platz, wo Sie sitzen oder liegen können. Bitten Sie jemanden, bei Ihnen zu bleiben, bis die Episode beendet ist. Bitten Sie diese Person, einen Notarzt zu rufen, wenn Sie länger als eine Minute bewusstlos bleiben sollten.

Wenn Sie sich nach einem Schock gut fühlen, ist eine sofortige ärztliche Versorgung nicht erforderlich. Auch wenn Sie nachts eine Episode gut überstanden haben, genügt es, Ihren Arzt am nächsten Morgen zu unterrichten. Informieren Sie ihn dennoch bei der nächstmöglichen Gelegenheit über jeden deutlich spürbaren Impuls Ihres ICDs.

Beschreiben Sie ihm, was Sie gerade getan haben, als Sie den schockartigen Impuls erhielten, und wie Sie sich vorher und nachher gefühlt haben. Benachrichtigen Sie Ihren Arzt auch, falls Sie einen schockartigen Impuls erhalten haben, ohne dass Sie vorher die Symptome einer Arrhythmie bemerkt hätten. Die Meldung aller schockartigen Impulse ist wichtig, damit wir uns überzeugen können, dass das Gerät richtig eingestellt ist und Ihre Arrhythmien korrekt behandelt.

Sollten sie Serien von Schocks erhalten oder die Beschwerden unvermindert anhalten, rufen Sie bitte sofort einen Notarzt oder sorgen Sie dafür, dass Sie so schnell wie möglich in das nächstgelegene Krankenhaus kommen.