

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 Zugangs-codes, 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



In unserem Video erklären Ihnen Gisela und Heinz nochmal ganz genau, wie die Teilnahme am Programm funktioniert.

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.youtu.be/Tc_bhXh6P3g

Bei technischen Fragen hilft Ihnen Preventicus:

Telefon: 03641 5598-451

E-Mail: support@preventicus.com

Bei Fragen zum Programm hilft Ihnen Ihre Continentale BKK:

Telefon: 040 526777-1138

E-Mail: a.schneider@continentale-bkk.de



In Kooperation mit



Stand: 24.10.2022

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 installieren und starten

Herunterladen der App



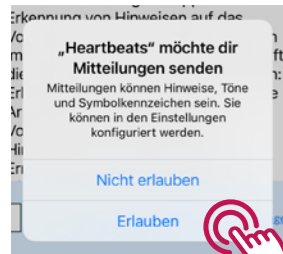
Scannen Sie den nebenstehenden QR-Code oder suchen Sie die App **Preventicus Heartbeats** in Ihrem Google Play- oder App-Store.

App öffnen



Auf dem Bildschirm Ihres Smartphones befindet sich nun die App mit dem **Herz-Symbol**. Durch Antippen öffnen Sie die App.

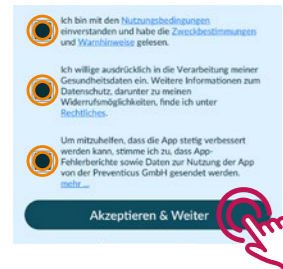
Einwilligung in die Datenverarbeitung



Wir empfehlen das **Ein-schalten der Push-Mitteilungen**. So werden Sie bei Auffälligkeiten direkt benachrichtigt.

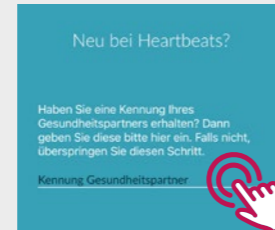
Ihre persönlichen Daten werden verschlüsselt und getrennt von Ihren Messergebnissen gespeichert.

Bitte nehmen Sie die Nutzungsbedingungen zur Kenntnis und willigen in die Datenverarbeitung ein.

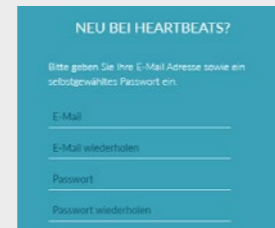


2. Registrierung und Einschreiben

Zugangscode eingeben und Registrieren



Klicken Sie auf die Zeile **Kennung Gesundheitspartner** und geben den **Zugangscode** aus dem **beiliegenden Anschreiben** ein. Klicken Sie nach der Eingabe auf **„Kennung überprüfen“**.



Registrieren Sie sich mit Ihrer persönlichen E-Mail-Adresse und einem selbstgewählten Passwort, das Sie sich gut merken können, oder notieren.

Wichtig: Sie erhalten eine E-Mail mit einem Registrierungslink. Klicken Sie den Link innerhalb von 48 Stunden an, um die Registrierung abzuschließen. Fahren Sie zwischenzeitlich mit den Schritten fort.

Einschreiben

Bitte beantworten Sie die Gesundheitsfragen sorgfältig und wahrheitsgetreu.



Unterschreiben Sie abschließend die Teilnahmeerklärung **mit Ihrem Finger auf dem Bildschirm**. Dabei entstehen für Sie **keine Kosten**.

3. Messen und Ergebnisse

Messen

Vor der ersten Messung sehen Sie eine Anleitung mit kurzen Videos. Lesen Sie diese Anleitung gründlich. Mit „Weiter“ kommen Sie zur Messung.

Legen Sie Ihre Fingerkuppe auf die Kamera Ihres Smartphones. Wenn der Kontrollkreis in der App rot ausgefüllt ist, ist Ihr Finger richtig positioniert. Die Messung startet nach kurzer Kalibrierung automatisch.



Sitzen Sie still und aufrecht und reden Sie während der Messung nicht. Nach der einminütigen Messung erhalten Sie die Auswertung direkt in der App.

Messergebnis

Sie können unter der Auswertung „Messergebnisse anzeigen“ auswählen oder Sie gehen auf den Startbildschirm und tippen auf „Meine Ergebnisse“.

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.

4. Bei Verdacht auf Vorhofflimmern

So geht es nach dem Verdacht weiter

- Zur endgültigen Diagnose Ihres Vorhofflimmer-Verdachts können Sie **direkt in der App** einen Kardiologen des Programms in Ihrer Nähe auswählen.
- Wahlweise können Sie auch einen **Telekardiologen** nutzen, bequem und kontaktlos von Zuhause.
- Sie erzeugen einen Verknüpfungscode, der Ihre **Messergebnisse verschlüsselt an den Kardiologen überträgt**.
- Kontaktieren Sie einen Kardiologen telefonisch unter Angabe des Verknüpfungscode und Sie bekommen einen **Termin innerhalb von 14 Tagen**.
- Ein Kardiologe des Programms kann über **14 Tage ein EKG aufnehmen** und dadurch sporadische Vorhofflimmer-Episoden wahrscheinlicher „einfangen“ als ein übliches 24-Stunden-EKG.
- Im Anschluss an die Diagnostik durch einen Kardiologen erhalten Sie einen Arztbrief und eine Therapieempfehlung und gehen damit zurück in die **Behandlung durch Ihren Haus- oder Facharzt**.
- Die anschließende Therapie besteht häufig aus der Einnahme **gerinnungshemmender Medikamente**.

