Mein HerzSchlag gehört mir!

Verstehen. Einordnen. Handeln.

Wie die HerzSchlag Community Patient Empowerment im Alltag unterstützt

Mein HerzSchlag gehört mir! – das ist unser Leitgedanke für Patient Empowerment bei GUT ZUM HERZ. Denn wer mit einer Herz-Kreislauf-Erkrankung lebt oder kardiovaskuläre Risiken mit sich trägt, steht im Alltag oft vor denselben Fragen: Was bedeutet das im Befund? Was ist für mich gerade wichtig? Und wie bringe ich das im nächsten Termin klar auf den Punkt? Genau hier setzt HerzSchlag an – als Angebot für Austausch, Orientierung und machbare nächste Schritte: von der ersten Frage bis zur strukturierten Vorbereitung auf das Gespräch.

Wir arbeiten bevorzugt mit indikationsbezogenen Patientenorganisationen zusammen. Wo es keine passende Organisation gibt oder eine Kooperation nicht möglich ist, schaffen wir unter HerzSchlag ein neutrales Empowerment-Angebot – transparent, moderiert und ohne medizinische Beratung. Als Kompass nutzen wir unsere 11+1 HerzSchlag-Themen (Risikofaktoren), weil Einflüsse selten allein auftreten und sich gegenseitig verstärken können. Damit Informationen nicht überfordern, gibt es MediKlar: wir übersetzen Medizin in verständliche Sprache. Und mit „Wie sag ich's meinem Arzt?" unterstützen wir Sie dabei, Ihre Beobachtungen und Fragen strukturiert in den Termin mitzunehmen.

- **VERSTEHEN** MediKlar erklärt medizinische Werte und Begriffe verständlich.
- **EINORDNEN** Der HerzSchlag-Kompass (11+1 Themen) hilft beim Priorisieren.
- **HANDELN** „Wie sag ich's meinem Arzt?" gibt Leitfragen und Gesprächsstruktur.

Jetzt in die Facebook-Gruppe kommen.

Die GUT ZUM HERZ Facebook-Gruppe

Dieser Beitrag ersetzt keine medizinische Beratung. Bei gesundheitlichen Beschwerden wenden Sie sich bitte an Ihre Ärztin oder Ihren Arzt. Bitte lesen Sie unseren Haftungsausschluss zu diesem Artikel mit Klick [illegible].