

# Vorsorgeausweis

## Bastelanleitung

1. Diese Ausweis ist für Menschen gedacht, die:
  - bislang noch keine Krankheit des Herzens hatten und sich zur Vorsorge untersuchen lassen möchten
  - keine Krankheit des Herzens, aber Risikofaktoren (z.B. Zigaretten rauchen, erhöhter Blutdruck, Blutzuckerkrankheit, erhöhte Blutfettwerte) haben
2. Drucken Sie den jeweiligen Ausweis **beidseitig** (!) aus:
  - Wählen Sie im Druck-Menü Ihres Druckers zunächst die folgende Einstellung:
    - **Druckbereich:** Seiten 2 - 9
    - Ausdruck **nur gerade Seiten**
  - Nach dem Ausdruck dieser ungeraden Seite legen Sie die schon bedruckten Seiten so in den Drucker, daß nun die Rückseiten bedruckt werden:
    - **Druckbereich:** Seiten 2 - 9
    - Ausdruck **nur ungerade Seiten**
  - Befragen Sie für die genaue Bedienung Ihres Druckers für den beidseitigen Ausdruck die Bedienungsanleitung Ihres Druckers.
3. Nach dem Ausdruck schneiden Sie die ausgedruckten Seite quer in der Mitte durch.
4. Legen Sie un die Seiten in der richtigen Reihenfolge übereinander und knicken Sie sie. Orientieren Sie sich bei der Reihenfolge der Seiten an den Seitennummern der einzelnen Paßseiten.
5. Klammern Sie die gefalteten Seiten an den markierten Stellen mit einem Klammeraffen zusammen.

Dieser kardiologische Untersuchungs- und Behandlungsausweis wird herausgegeben von

**Dr. Andreas Lauber**

Weitere Informationen zu kardiologischen Themen (Krankheiten, Untersuchungsmethoden und Behandlungen) sind auch aus dem Internet abrufbar unter:

**[www.meinherzdeinherz.info](http://www.meinherzdeinherz.info)**

## Vorbeugung

# Untersuchungs- und Behandlungs-Ausweis

Name: .....

geb.: .....



Hier einlegen:

- letztes EKG
- Med.-Plan

### Risikofaktoren

Datum

- Fettstoffwechselstörung .....
- Diabetes mellitus .....
- Hochdruckkrankheit .....
- Übergewicht .....
- Familiäre Belastung .....

### Kardiale Diagnosen

Datum

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

### Nicht-kardiale Diagnosen

Datum

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

2

**Hausarzt**  
(Stempel)

**Kardiologe**

**Name:** .....

Strasse: .....

PLZ, Stadt: .....

Tel.: .....

Fax: .....

eMail: .....

**Kardiologische Klinik**  
(Stempel)

4

**Risikofaktoren**

**Hypertonie** bekannt seit: .....

**Hypercholesterinämie** bekannt seit: .....

Ausgangswerte:

RR: ..... HBA1C: .....

HDL: ..... LDL: .....

Triglyceride:.....

Größe (m):..... Gewicht (kg): .....

BMI: ..... Taille (cm):.....

Zigaretten: ja .....

**Komplikationen:**

Fundusveränderungen: ja  nein

Nierenfunktionsstörung: ja  nein

KHK: ja  nein

Herzinfarkt: ja  nein

Herzinsuffizienz: ja  nein

pAVK: ja  nein

Apoplex/TIA: ja  nein

Kalkscore: ..... Perzentile: .....

**Therapeutische Ziele:**

LDL-Cholesterin: .....

HBA1C:.....

RR: .....

Gewicht / BMI:.....

30

29

**HBA<sub>1c</sub> (%)**

9,0	8,5	8,0	7,5	7,0	6,5	6,0	5,5	5,0	Datum

Zutreffendes ankreuzen

**LDL-Cholesterin (mg%)**

150	145	140	135	130	125	120	115	110	105	100	95	90	Datum

Zutreffendes ankreuzen

**Blutdruck**

oberer Wert	unterer Wert	Freq.	Datum	oberer Wert	unterer Wert	Freq.	Datum

**Allergien und Med.-Unverträglichkeiten**

Penicillin  Kontrastmittel   
 Medikamente   
 .....  
 .....  
 .....  
 .....

**Warnhinweise**

Der Träger dieses Ausweises steht unter  
**Marcumar® oder DOAK**  
 ja  nein  DOAK.....  
 INR-Zielwert:.....  
 Indikation: .....  
 Beginn der Antikoagulation:.....  
 Aktuelle Quick- bzw. INR-Werte sowie aktuelle Dosierungsempfehlung: siehe separater Marcumar-Ausweis

Der Träger dieses Ausweises bedarf einer unter

**Endokarditis-Prophylaxe**  
 ja  nein   
 Risiko normal  hoch

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....  
 RR ..... LDL ..... HBA1C .....  
 Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....  
 Diätberatung stattgefunden ..... Sport betrieben .....  
 Neue Zielwerte: .....  
 Bemerkungen: .....  
 .....  
 Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate  
 Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....  
 RR ..... LDL ..... HBA1C .....  
 Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....  
 Diätberatung stattgefunden ..... Sport betrieben .....  
 Neue Zielwerte: .....  
 Bemerkungen: .....  
 .....  
 Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate  
 Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!



### Diätberatung

<i>Datum</i>	<i>durch wen?</i>	<i>Datum</i>	<i>durch wen?</i>

### Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

### Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

### Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

## Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

## Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

## Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

## Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

## Sport

<i>Datum</i>	<i>Wer?</i>	<i>Datum</i>	<i>Wer?</i>

**Wer:** KS: Koronarsport FS: Fitness-Studio S: Selber

## Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

## Kontrolluntersuchungen

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!



**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!

**Kontrolluntersuchungen**

Datum: .....

RR ..... LDL ..... HBA1C .....

Gewicht ..... BMI ..... Zigaretten .....

Diätberatung stattgefunden .....  Sport betrieben .....

Neue Zielwerte: .....

Bemerkungen: .....

.....

Nächste Kontrolle: 3 6 9 12 Wochen / Monate

Nicht vergessen: Werte in Verlaufsschema eintragen!