

## Häufige Fragen zur Wirkung

**Ich weiß genau, bei welcher Belastung ich einen Anfall bekomme. Kann ich den Spray vorher nehmen?**

Ist eine Belastung vorhersehbar und unvermeidlich, kann der Spray auch einige Minuten vorher eingesetzt werden. So kann ein Anfall verhindert werden.

**Gewöhnt man sich an einen Nitrospray?**

Nein, bei Nitrosprays gibt es keinen Gewöhnungseffekt. Er tritt ausschließlich bei den länger wirkenden Nitraten auf. Viele Patienten benutzen aus Angst ihren Nitrospray so wenig wie möglich. Dies ist falsch. Bei Herzbeschwerden sollten Sie Ihren Spray möglichst frühzeitig einsetzen.

**Kann ein Nitrospray abhängig machen?**

Nein. Nitrosprays sind keine Schmerzmittel, das Nachlassen der Beschwerden beruht auf der verbesserten Sauerstoffversorgung des Herzmuskels bei gleichzeitiger Senkung des Sauerstoffbedarfs. Nitroglycerin wirkt nur kurzzeitig und ist schnell vom Körper abgebaut. Auch mehrmalige tägliche Gabe ist völlig unbedenklich.

**Ich habe einen Stent bekommen. Brauche ich da weiterhin einen Nitrospray?**

Auch nach Stentimplantationen treten bei manchen der KHK-Patienten unter körperlichen oder emotionalen Belastungen Angina pectoris-Beschwerden auf. Zur Sicherheit sollten deshalb alle KHK-Patienten einen Nitrospray bei sich tragen.

**Kann ich trotz einer Herzerkrankung Sport treiben?**

Nach Rücksprache mit Ihrem Arzt sollten Sie sogar körperlich aktiv sein. Geeignet sind besonders Ausdauersportarten wie z.B. Nordic Walking oder Fahrradfahren. Dies hat einen positiven Einfluss auf die Erkrankung.

## Was kann ich zusätzlich noch tun?

Diese fünf Maßnahmen helfen Ihrem Herzen:



Sollten Sie rauchen, entlasten Sie Ihr Herz, indem Sie möglichst schnell damit aufhören!



Nehmen Sie Ihre Medikamente wie von Ihrem Arzt verordnet, auch wenn die Beschwerden nachlassen!



Ernähren Sie sich herzgesund. Essen Sie wie am Mittelmeer (viel Gemüse, Obst, Salat und Fisch).



Bewegen Sie sich jeden Tag mindestens 20 Minuten (z. B. Nordic Walking oder Radfahren)!



Setzen Sie sich einen Termin, zu dem Sie mit diesen Maßnahmen beginnen wollen. Oder noch besser: Fangen Sie heute an!

**! Nehmen Sie Ihren Nitrospray immer mit. So können Sie ohne Angst vor einem Angina pectoris-Anfall an Aktivitäten teilnehmen.**

Weitere Informationen zu Ihrer Herzerkrankung finden Sie hier:

Deutsche Herzstiftung e.V.  
Vogtstraße 50  
60322 Frankfurt am Main  
Telefon (069) 95 51 28 – 0  
Internet: [www.herzstiftung.de](http://www.herzstiftung.de)  
E-Mail: [info@herzstiftung.de](mailto:info@herzstiftung.de)

## Patienteninformation



## Nitrospray bei Angina pectoris Hinweise und Tipps

Praxisstempel

IMA 1576

G. Pohl-Boskamp GmbH & Co. KG  
Kieler Straße 11  
25551 Hohenlockstedt  
Telefon (04826) 59-0  
Telefax (04826) 59-109  
[www.pohl-boskamp.de](http://www.pohl-boskamp.de)

POHL BOSKAMP

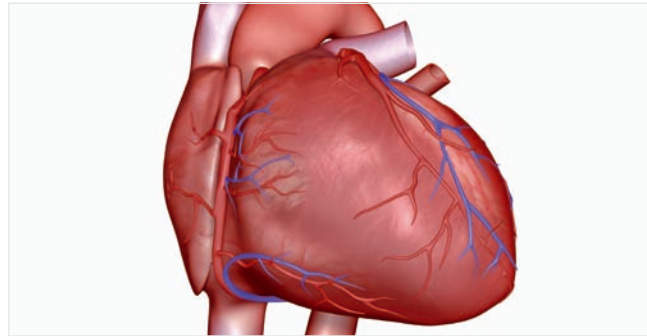
POHL BOSKAMP

## Liebe Patientin, lieber Patient,

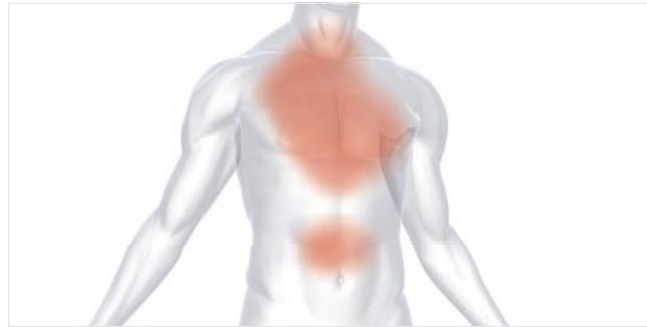
Ihr Arzt hat bei Ihnen eine koronare Herzerkrankung festgestellt und Ihnen einen Nitrospray verordnet.

### Was ist eine koronare Herzerkrankung?

Der Herzmuskel wird durch die Herzkranzgefäße mit Blut versorgt. Wird diese Versorgung durch Ablagerungen (Plaques) beeinträchtigt, bekommt der Herzmuskel zu wenig Sauerstoff.



Der Sauerstoffmangel löst bei körperlichen Belastungen beklemmende Schmerzen aus. Typischerweise treten die Schmerzen im Brustbereich als Gefühl von Brustenge (Angina pectoris) auf, können aber auch in den linken Arm oder den



Rücken ausstrahlen. Wird die Belastung reduziert, oder ein Nitrospray benutzt, geht der Schmerz zurück.

## Was ist eine stabile Angina pectoris?

Tritt die Angina pectoris immer bei der gleichen Belastung auf, so spricht man von einer stabilen Angina pectoris. Diese ist mit Medikamenten gut behandelbar. Nehmen die Beschwerden zu oder brauchen Sie eine höhere Dosierung des Nitrosprays als gewöhnlich, sollten Sie dies mit Ihrem Arzt besprechen.

Länger anhaltende Schmerzen trotz des Nitrosprays (ca. 20-30 Min. nach Spraygabe) sind ein Alarmzeichen. In diesem Fall sollte sofort ein Notarzt unter 112 gerufen werden.

### Übrigens:

Entgegen landläufiger Meinung ist die koronare Herzerkrankung bei Frauen fast genauso häufig wie bei Männern. Allerdings tritt die Erkrankung bei Frauen meist 10 - 15 Jahre später auf, da sie bis zu den Wechseljahren durch weibliche Hormone geschützt sind.

Eine KHK äußert sich noch dazu bei Frauen oft untypisch durch Atemnot, Bauchschmerzen oder Übelkeit.



So werden Herzerkrankungen bei Frauen seltener erkannt. Treten die genannten Symptome auf, sollte mit dem Arzt abgeklärt werden, ob es sich um eine Herzerkrankung handeln könnte.

## Was bewirkt ein Nitrospray?

Nitrosprays sind Medikamente zur Behandlung eines akuten Angina pectoris-Anfalls. Sie wirken innerhalb von Minuten gegen die Anfälle, indem sie die Gefäße, die das Herz versorgen, erweitern. Patienten mit koronarer Herzkrankheit sollten für den Notfall immer einen Nitrospray mit sich führen.



- ▶ Sie können den Spray so oft benutzen, wie Sie es brauchen, also auch mehrmals täglich. Dabei aber nicht mehr als 1-3 Hübe pro Anwendung benutzen. Sollte sich die Anwendungshäufigkeit des Sprays erhöhen, konsultieren Sie bitte Ihren Arzt.
- ▶ Sollte nach Ihrer normalen Dosis keine Wirkung eintreten, können Sie die Gabe nach 10 Minuten wiederholen.
- ▶ Halten die Beschwerden weiter an, sollten Sie sofort 112 wählen. Äußern Sie Ihren Verdacht auf Herzinfarkt, weil sonst möglicherweise nur ein einfacher Rettungswagen ohne entsprechende Ausrüstung geschickt wird.

Wenn Sie Ihre Belastungsgrenze kennen und eine Belastung unvermeidlich ist, können Sie den Spray auch kurz vor der Belastung vorbeugend anwenden, zum Beispiel wenn Sie ungewöhnlich viele Treppen steigen müssen oder anstrengende Gartenarbeit verrichten. Dies gilt im Übrigen auch für emotional aufregende Situationen, die eine starke Belastung für das Herz darstellen können.

## Vor der ersten Anwendung:

Lesen Sie die Gebrauchsanweisung Ihres Nitrosprays sorgfältig durch. Um die Wirkung des Sprays kennenzulernen, sollten Sie sich bei erstmaliger Benutzung hinsetzen.



- ▶ Sprühen Sie dann nach Bedarf 1-3 Hübe unter die Zunge wie auf der Abbildung dargestellt.
- ▶ Zwischen den Hüben einen Abstand von etwa 30 Sekunden einhalten.
- ▶ Führen Sie den Spray immer mit sich.
- ▶ Bei anhaltenden Beschwerden trotz Spraygabe zögern Sie nicht, den Notruf 112 anzurufen.
- ▶ Nehmen Sie nicht gleichzeitig Nitrosprays und Arzneimittel gegen Erektionsstörungen. Dies könnte lebensgefährliche Folgen haben!
- ▶ Besorgen Sie sich rechtzeitig einen neuen Spray, wenn der alte zur Neige geht oder die Haltbarkeit abgelaufen ist.

Wichtig ist, dass auch Ihre Angehörigen über den korrekten Einsatz des Nitrosprays Bescheid wissen.