

### Vorhofflimmern: Ein unterschätztes Risiko

Im Lauf eines langen Lebens kann das Herz schon mal ins Stolpern geraten. Das ist meist harmlos, bei Verdacht auf Vorhofflimmern ist aber Vorsicht geboten. Obwohl es die häufigste Herzrhythmusstörung ist, bleibt es oft unentdeckt, da es vielfach ohne spürbare Symptome und unregelmäßig auftritt. Unbehandelt kann es in einen Schlaganfall münden.

### Vorhofflimmern entdecken - Risiko senken

Nehmen Sie Ihre Gesundheitsvorsorge selbst in die Hand. Mit Preventicus Heartbeats messen Sie Ihren Herzrhythmus einfach und zuverlässig mit Ihrer Smartphone-Kamera. Die Ergebnisse Ihrer Messungen werden automatisch geprüft und ausgewertet. Bei Auffälligkeiten informiert Sie Preventicus Heartbeats und Sie können sofort einen Termin bei einem teilnehmenden Kardiologen in Ihrer Nähe vereinbaren. Dort erhalten Sie ein kabelloses Langzeit-EKG, das Ihnen Gewissheit gibt, Sie im Alltag aber nicht beeinträchtigt. Das geht auch telemedizinisch und vollständig kontaktfrei: Dann erhalten Sie das EKG per Post und telefonische Unterstützung.

### Gezielt Vorsorgen mit RhythmusLeben

Mit Ihrem Smartphone beginnen Sie sofort und behalten Ihren Herzrhythmus jederzeit im Blick. Die Genauigkeit der Messung gibt Ihnen Sicherheit, auch ohne Arztbesuch. Eigenständig, regelmäßig und kontaktfrei. Und falls es notwendig ist, sind Sie in guten Händen und profitieren von moderner Diagnostik.

### Wie kann ich teilnehmen?

Die Teilnahme ist für Versicherte der IKK Südwest ab 65 Jahren möglich oder ab 55 Jahren mit vorliegenden Risikofaktoren wie Bluthochdruck oder Diabetes sowie nach Herzinfarkt oder Schlaganfall, wenn sie noch keine Gerinnungshemmer einnehmen. Alles, was Sie benötigen, sind wenige Minuten Zeit sowie ein Smartphone mit Kamera und einer Internetverbindung.

### Wie oft und wie lange sollte ich messen?

Immer dann, wenn Sie spüren, dass Ihr Herz unregelmäßig schlägt. Darüber hinaus empfehlen wir Ihnen, in den ersten zwei Wochen zweimal täglich für jeweils eine Minute, Ihren Herzrhythmus zu messen. Danach genügt die Messung zweimal pro Woche.

### Was kostet RhythmusLeben?

Preventicus Heartbeats, inklusive Auswertung und der anschließenden weiterführenden Diagnostik, ist für Sie kostenfrei.

### Was passiert mit meinen Daten?

Ihre Daten sind stets geschützt: Messergebnisse und personenbezogene Daten werden verschlüsselt und getrennt voneinander gespeichert. Das Programm erfüllt alle Anforderungen an Datenschutz und Datensicherheit.

Bei Fragen stehen wir Ihnen hilfreich zur Seite.  
Mehr Informationen finden Sie auch unter:  
[www.preventicus.com/fuer-anwender/fuer-versicherte](http://www.preventicus.com/fuer-anwender/fuer-versicherte)



### Sie haben Fragen zur richtigen Nutzung?

Dr. Heart erklärt Ihnen Vorhofflimmern und wie Sie die App Preventicus Heartbeats verwenden. Scannen Sie das oben stehende Quadrat mit Ihrer Smartphone-Kamera oder einer QR-Code-Reader-App.

### Bei technischen Fragen hilft Ihnen Preventicus:

Telefon: 03641 5598-451

E-Mail: [support@preventicus.com](mailto:support@preventicus.com)

[www.preventicus.com/fuer-anwender/kurz-erklart](http://www.preventicus.com/fuer-anwender/kurz-erklart)

### Bei Fragen zum Programm hilft Ihre IKK Südwest:

Telefon: 0800/2009222

E-Mail: [versorgungsmanagement@ikk-sw.de](mailto:versorgungsmanagement@ikk-sw.de)



Preventicus Heartbeats ist CE-gekennzeichnet und ein zertifiziertes Medizinprodukt (Klasse IIa).  
Preventicus GmbH | Ernst-Abbe-Str. 15 | D-07743 Jena

Ihre persönliche

# Schlaganfall-Vorsorge



Neun von zehn Schlaganfällen sind vermeidbar. Gewinnen Sie Sicherheit mit dem Versorgungsprogramm RhythmusLeben.

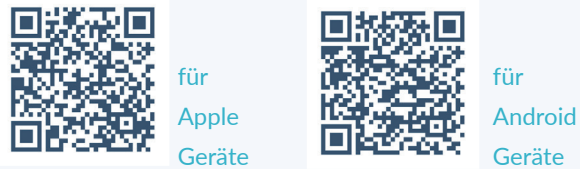
Mit der zertifizierten Medizin-App Preventicus Heartbeats



### Installieren Sie die App

1. Öffnen Sie bitte das Menü und suchen die App **Play Store** (Android) bzw. bei Apple findet man den **App Store** auf dem Startbildschirm des Smartphones.

2. Geben Sie in das Suchfeld **Preventicus Heartbeats** ein. Oder Sie scannen den QR-Code:



3. Tippen Sie auf Laden bzw. Installieren: Die App wird kostenlos auf Ihr Smartphone geladen.

### Öffnen Sie Preventicus Heartbeats



Auf Ihrem Bildschirm erscheint nun das Herz-Symbol. Durch Antippen öffnen Sie die App.

### Einwilligung in die Datenverarbeitung

Ihre persönlichen Daten werden verschlüsselt und getrennt von Ihren Messergebnissen gespeichert. Bitte nehmen Sie die Nutzungsbedingungen zur Kenntnis und willigen in die Datenverarbeitung ein.

Ich bin mit den Nutzungsbedingungen einverstanden und habe die Zweckbestimmungen und Warnhinweise gelesen.

Ich willige in die Datenverarbeitung ein.

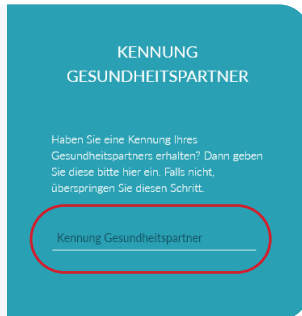
### Basisdaten eingeben

Wählen Sie Geburtsjahr und Geschlecht durch Antippen.



### Kenntnis Gesundheitspartner

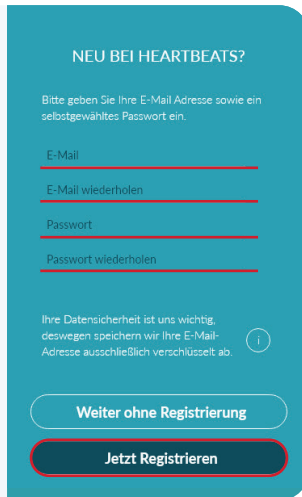
Hier tragen Sie Ihren Zugangscode aus dem An-schreiben ein.



### Registrieren

Hier registrieren Sie sich mit Ihrer E-Mail Adresse und einem selbst gewählten Passwort.

Damit sind Ihre Daten geschützt und nur für Sie einsehbar.



### Registrierung abschließen

Bitte beantworten Sie die Gesundheitsfragen und füllen Sie die Teilnahme-Erklärung aus.

Tippen Sie in das Feld und unterschreiben Sie mit Ihrem Finger auf dem Bildschirm.

### Anleitung folgen

Vor der ersten Messung erhalten Sie Anleitungen per Videos.

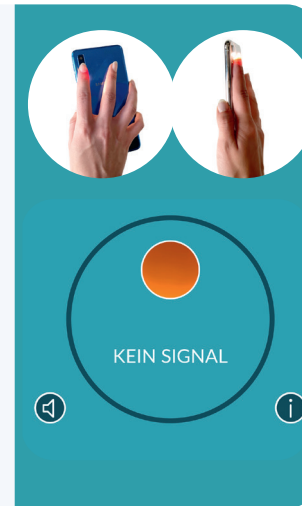
Mit **Weiter** kommen Sie zum nächsten Video und anschließend zur Messung.



### Messung starten

Legen Sie jetzt die Kuppe Ihres Fingers auf die Kameralinse Ihres Smartphones.

Wenn der Kontrollkreis in der App rot ausgefüllt ist, startet nach einer kurzen Kalibrierung die Messung.



### Messung kommentieren

Sie können einen Kommentar zur Messung hinzufügen.

Sobald Sie speichern, werden Ihnen Ihre Ergebnisse angezeigt.



### Auswertung

Tippen Sie auf **Messergebnis anzeigen**.

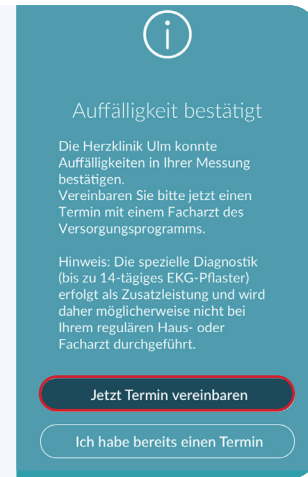
Sie finden diese auch im Start-Bildschirm unter **Meine Ergebnisse**.



### Kardiologen finden

Bei Auffälligkeiten informiert Sie die App.

Mit **Jetzt Termin vereinbaren** gelangen Sie zur Kardiologen-Suche. Mit Ihrer Postleitzahl finden Sie Fachärzte in Ihrer Nähe.



### Verknüpfungscodes

Mit **Code erzeugen** erhalten Sie einen Verknüpfungscodes, den Sie sich bitte notieren.

Informieren Sie die Praxis, dass Sie Preventicus Heartbeats nutzen & geben Sie Ihren Verknüpfungscodes an.

