



## RhythmusLeben für Versicherte

Teilnehmende Krankenkassen übernehmen für ihre Versicherten die Kosten für RhythmusLeben.

IHRE PERSÖNLICHE, KOSTENFREIE

# Schlaganfall-Vorsorge

**Neun von zehn Schlaganfällen sind vermeidbar.  
Gewinnen Sie Sicherheit mit unserem  
Vorsorgeprogramm RhythmusLeben.**

### **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.

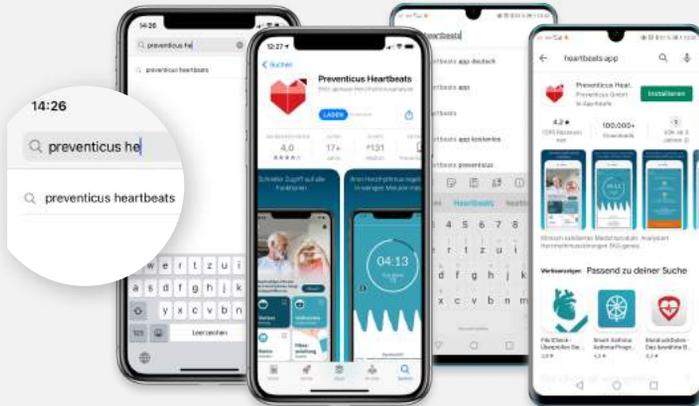
### **5.137 Schlaganfälle pro Woche in Deutschland**

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 gezielte Erkennung von Vorhofflimmern sowie die medikamentöse Unterdrückung der Blutgerinnselbildung ist eine der effektivsten Möglichkeiten zur Schlaganfallvorsorge.

### **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 Smartphone-Kamera im Blick zu behalten. Und falls nötig, profitieren Sie von spezialisierten Kardiologen, die Ihren Haus- oder Facharzt unterstützen.



## Apps installieren mit QR-Code

Scannen Sie das unten stehende Quadrat mit Ihrer Smartphone-Kamera oder einer App zum Scannen von QR-Codes.



### APP INSTALLIEREN | SCHRITT 01

#### Laden Sie die App herunter.

Öffnen Sie auf Ihrem Android-Smartphone (z. B. Samsung oder Huawei Gerät) bitte den **Play Store** ▶ bzw. auf Ihrem iOS-Smartphone (iPhone) den **App Store** 🍏. Geben Sie in das Suchfeld "Preventicus Heartbeats" ein. Tippen Sie auf "**Laden**" bzw. "**Installieren**": Die App wird kostenlos auf Ihr Smartphone geladen.



### APP INSTALLIEREN | SCHRITT 02

#### Öffnen Sie „Preventicus Heartbeats“

Starten Sie die App durch Anklicken von "**Öffnen**" oder des Preventicus-Logos auf Ihrem Smartphone. Durch das Anschalten der Push-Nachrichten bekommen Sie Erinnerungen für Ihre Messungen und bei auffälligen Ergebnissen eine Mitteilung.



Die folgenden...  
Herzrhythmusstörungen: Erkennung von Hinweisen auf absolute...  
Ich bin mit den **Nutzungsbedingungen** einverstanden und habe die **Zweckbestimmungen und Warnhinweise** gelesen.  
Ich willige ausdrücklich in die Verarbeitung meiner Gesundheitsdaten ein. Weitere Informationen zum Datenschutz, darunter meinen Widerspruchsmöglichkeiten, finde ich **Beachtliches**.  
Um mitzuhelfen, dass die App stetig verbessert werden kann, stimme ich zu, dass...  
Berichte sowie Daten...

### APP INSTALLIEREN | SCHRITT 03

#### 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.



### REGISTRIEREN | SCHRITT 01

#### **Basisdaten eingeben**

Wählen Sie Ihr Geburtsjahr und Geschlecht durch Antippen.



### REGISTRIEREN | SCHRITT 02

#### **Kennung Gesundheitspartner**

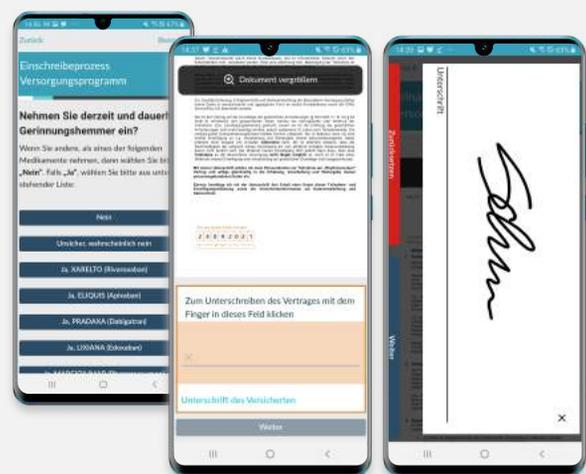
Hier tragen Sie Ihren Zugangscode aus dem Anschreiben Ihrer Krankenkasse ein. Alternativ können Sie den Zugangscode telefonisch bei Ihrer Krankenkasse erfragen.



### REGISTRIEREN | SCHRITT 03

#### **Nutzerkonto anlegen**

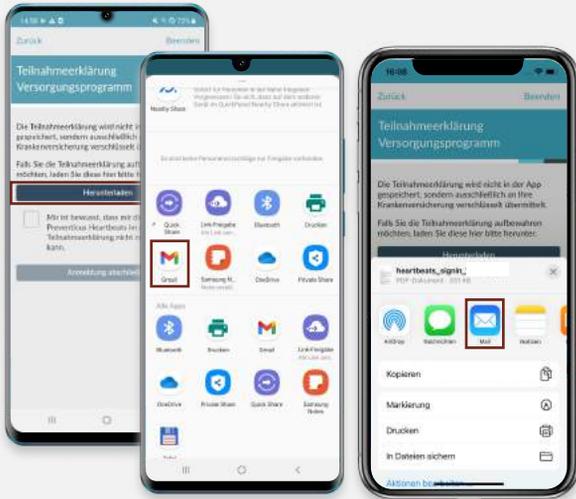
Hier registrieren Sie sich mit Ihrer E-Mail Adresse und einem selbst gewählten Passwort. Sie erhalten dann eine Registrierungs-E-Mail, die in 48 Stunden bestätigt werden muss. Fahren Sie zwischenzeitlich mit den Schritten fort.



### REGISTRIEREN | SCHRITT 04

#### **Fragen und Teilnahmeerklärung**

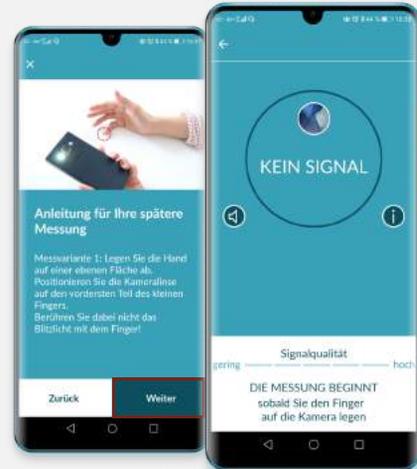
Bitte beantworten Sie die Gesundheitsfragen sorgfältig, da Ihre Antworten die Teilnahme am Programm beeinflussen. Klicken Sie in das orangene Feld am Ende der Teilnahmeerklärung, um diese mit dem Finger zu unterschreiben.



**REGISTRIEREN | SCHRITT 05**

**Registrierung abschließen**

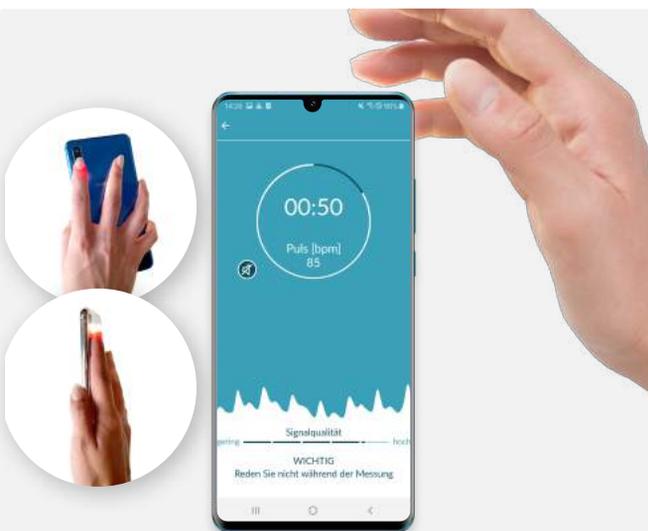
Laden Sie die Teilnahmeerklärung nach dem Ausfüllen herunter (z. B. durch Senden an Ihre E-Mail).



**MESSEN | SCHRITT 01**

**Anleitung ansehen**

Vor der ersten Messung sehen Sie eine Anleitung mit kurzen Videos. Mit „Weiter“ kommen Sie zum nächsten Video und anschließend zur Messung.



**MESSEN | SCHRITT 02**

**Messung starten**

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.



**HINWEIS**

Wenn Sie sich unsicher sind, welche Kameralinse die richtige ist, achten Sie auf den Kontrollkreis.



Sobald Sie Ihren Finger auf die Kameralinse legen, sollte sich der Kontrollreis komplett rot füllen.



Haben Sie Ihren Finger nicht oder auf der falschen Kamera (wenn das Smartphone mehrere besitzt), strahlt ein grünlisches Licht im Kreis, bis Sie die richtige Position gefunden haben.





### MESSEN | SCHRITT 03

#### Messung kommentieren

Sie können einen Kommentar bzgl. Ihres Wohlbefindens zur Messung hinzufügen. Sobald Sie auf **„Speichern“** klicken, werden Ihnen Ihre Ergebnisse angezeigt.



### MESSEN | SCHRITT 04

#### Ergebnisse – Grünes Messergebnis

Sie sehen eine Ampel, die entsprechend Ihrem Messergebnis unterschiedlich aussieht. Eine grüne Ampel zeigt, dass Ihr Herzrhythmus normal ist. Für Details tippen Sie auf die Ampel.



### MESSEN | SCHRITT 04

#### Ergebnisse – Graues Messergebnis

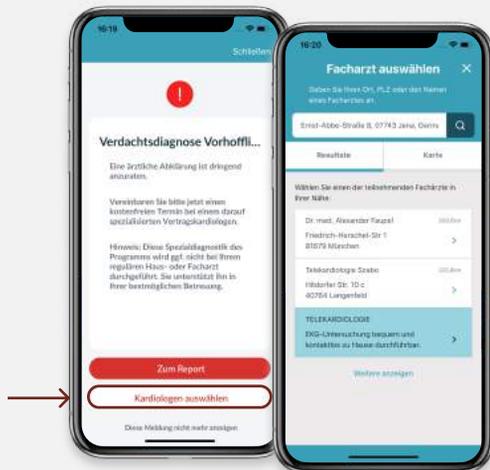
Eine graue Ampel weist auf Auffälligkeiten hin. Es erfolgt automatisch eine technische und ärztliche Überprüfung. Bei bestätigten Verdacht erhalten Sie eine Mitteilung.



### MESSEN | SCHRITT 05

#### Messergebnisse anzeigen

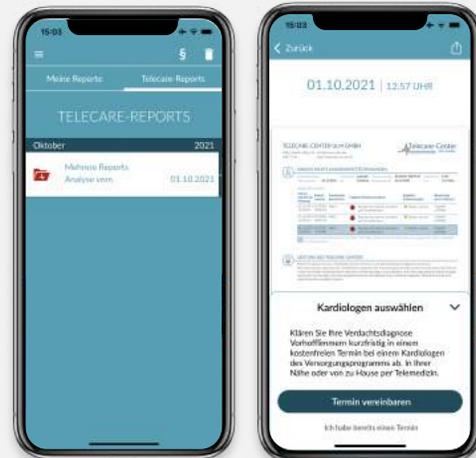
Es gibt zwei Möglichkeiten Ihre Messreports aufzurufen. Zunächst können Sie unter der Ampel **„Messergebnisse anzeigen“** auswählen oder Sie gehen auf den Start-Bildschirm und tippen auf **„Meine Ergebnisse“**.



### TERMINVEREINBARUNG | SCHRITT 01

#### Kardiologen finden

Sie werden in der App informiert, wenn das auffällige Messergebnis ärztlich bestätigt werden konnte. Mit **"Kardiologen auswählen"** wird die Kardiologen-Suche geöffnet. Sie finden einen teilnehmenden Arzt oder Telekardiologen über Ihre PLZ.



### TERMINVEREINBARUNG | SCHRITT 02

#### Alternative um Kardiologen zu finden

Eine weitere Möglichkeit um zur Kardiologensuche zu gelangen ist, auf **"Meine Ergebnisse"** auf dem Start-Bildschirm zu tippen. Hier wählen Sie den entsprechenden Telecare-Report aus und tippen auf **"Termin vereinbaren"**.



### TERMINVEREINBARUNG | SCHRITT 03

#### Verknüpfungscodes

Mit **„Code erzeugen“** erhalten Sie einen Verknüpfungscodes. Bitte notieren oder speichern Sie sich diesen Code. Informieren Sie die Praxis bei Terminvereinbarung, dass Sie Preventicus Heartbeats nutzen und nennen Sie Ihren Verknüpfungscodes.



Falls Auffälligkeiten gefunden werden, sind Sie in den besten Händen.

#### HINWEIS

Die App zeigt Ihnen die teilnehmenden Kardiologen in Ihrer Nähe an, bei denen Sie garantiert innerhalb von 14 Tagen einen Termin erhalten.

Das Vorsorgeprogramm bietet Ihnen ein spezielles 14-Tage-EKG. Im Gegensatz zum üblichen 24-Stunden-EKG kann damit Vorhofflimmern wesentlich wahrscheinlicher bestätigt und Therapiemöglichkeiten besser bewertet werden. **RhythmusLeben** begleitet Sie vom ersten Verdacht über die Diagnose zur Therapie.

## Häufige Fragen

### 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 ca. eine Minute. Gemessen werden sollte in den ersten zwei Wochen zweimal täglich, fortan regelmäßig zweimal pro Woche. So wie grundsätzlich dann, wenn Sie spüren, dass Ihr Herz unregelmäßig schlägt.

### Bei technischen Fragen hilft Ihnen Preventicus:

Telefon: 03641-55 98 451

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

### Bei Fragen zum Programm hilft Ihnen Ihre Krankenkasse.

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

### Was kostet RhythmusLeben?

Das gesamte Vorsorgeprogramm, inkl. App, Auswertung sowie der bei Bedarf anschließenden Spezialdiagnostik, ist für Sie, durch Eingabe des Zugangscodes, 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.

### Schritt für Schritt erklärt

Bei Fragen stehen wir Ihnen hilfreich zur Seite. Mehr Informationen finden Sie auch unter: [www.meinrhythmusleben.de/vorsorgeprogramm](http://www.meinrhythmusleben.de/vorsorgeprogramm)

### Sie haben Fragen zur Nutzung?

Dr. Heart erklärt Ihnen Vorhofflimmern und wie Sie die App Preventicus Heartbeats verwenden. Scannen Sie das unten stehende Quadrat mit Ihrer Smartphone-Kamera oder einer App zum Scannen von QR-Codes.



**Scannen Sie hier den Code zum Video.**