

Herzschrittmacher & ICD – das Wichtigste im Alltag

Mit einem Herzschrittmacher oder ICD ist meist ein weitgehend normaler Alltag möglich. Entscheidend sind einige einfache Regeln und die individuellen Empfehlungen Ihres behandelnden Zentrums.

Alltag, Haushaltsgeräte und Magnete

Fernseher, Computer, WLAN, Küchengeräte, Waschmaschine und andere technisch einwandfreie Haushaltsgeräte können in der Regel normal benutzt werden. Smartphones, Smartwatches, kabellose Kopfhörer, Ladezubehör und andere Produkte können Magnete enthalten. Halten Sie solche Geräte möglichst **mindestens 15 cm vom implantierten Aggregat entfernt**.

- Smartphone nicht in der Brusttasche direkt über dem Aggregat tragen.
- Kopfhörer, Ladegeräte oder magnetisches Zubehör nicht auf das Aggregat legen.
- Bei starken Magnetfeldern am Arbeitsplatz vorab individuell beraten lassen.

Sport, Schwimmen, Sauna und Tauchen

Nach vollständiger Wundheilung ist Bewegung grundsätzlich erwünscht. Art und Intensität richten sich aber auch nach der Herzerkrankung, möglichen Rhythmusstörungen und bei einem ICD nach dem persönlichen Arrhythmierisiko.

- Sportarten mit Schlägen oder Stürzen auf das Aggregat sowie stark wiederholten Schulterbewegungen individuell besprechen.
- Schul- und Vereinssport bei Kindern und Jugendlichen ärztlich abstimmen.
- Schwimmen ist nach Wundheilung meist möglich. Bei möglicher Bewusstlosigkeit nicht allein schwimmen.
- Sauna beeinträchtigt das Gerät normalerweise nicht; die Herzerkrankung kann Einschränkungen begründen.
- Gerätetauchen nur nach ärztlicher Prüfung von Herzerkrankung, Rhythmusrisiko, Druckfestigkeit und Herstellervorgaben.

Besonderheit bei Kindern: Wachstum

Bei transvenösen Elektroden werden bei der Implantation meist **Reserveschlaufen** angelegt. Sie geben den Elektroden Spielraum, während das Kind wächst, können sich mit dem Längenwachstum aber aufbrauchen.

Bei deutlichem Wachstum kann deshalb ein **Röntgenbild des Brustkorbs** erforderlich sein, um Verlauf und Längenreserve zu beurteilen; die Überweisung stellen wir aus. Gerät eine Elektrode unter Spannung, kann eine Anpassung oder ein Wechsel notwendig werden. Dies wird anhand der Befunde individuell entschieden.

MRT: immer vorher das gesamte System prüfen lassen

Ob eine MRT möglich ist, hängt von **Aggregat und allen vorhandenen Elektroden** ab. Auch bei einem MR-konditionellen System gelten genaue Herstellervorgaben; meist sind Kontrollen und eine besondere Programmierung vor und nach der Untersuchung nötig.

Epikardiale Elektroden sind nicht als MR-konditionell zugelassen. Das gilt auch für stillgelegte, nicht mehr angeschlossene oder im Körper belassene beziehungsweise abgeschnittene epikardiale Elektroden. Eine medizinisch notwendige MRT kann im Einzelfall nach Nutzen-Risiko-Abwägung und mit speziellem Sicherheitsprotokoll in einem erfahrenen Zentrum möglich sein – dies ist keine reguläre MRT-Freigabe.

MRT-Termin erst nach Prüfung vereinbaren: Radiologie frühzeitig über das Implantat informieren und den aktuellen Geräteausweis bereithalten.

Operationen und medizinische Behandlungen

Vor jeder Operation, auch vor kleineren oder bestimmten zahnärztlichen Eingriffen, auf Herzschrittmacher oder ICD hinweisen. Elektrochirurgie, Diathermie und elektrische Stimulationsverfahren können besondere Maßnahmen oder eine vorübergehende Umprogrammierung erfordern. **Geräteausweis mitbringen.**

Reisen und Sicherheitskontrollen

- Reisen und Fliegen sind grundsätzlich möglich; Geräteausweis immer mitführen.
- Bei Sicherheitskontrollen auf das Implantat hinweisen; Handscanner nicht unnötig lange direkt über das Aggregat halten lassen.
- Vor längeren oder abgelegenen Reisen Versorgung am Ziel und gegebenenfalls Telemonitoring klären.

Kontrollen, Batterie und Geräteausweis

Regelmäßige Kontrollen prüfen Batterie, Elektroden, Herzsignale, Stimulation, gespeicherte Rhythmusereignisse und Programmierung. Bei Kindern wird zusätzlich das Wachstum berücksichtigt. Die Batterie wird lange vor dem Laufzeitende erkannt und der Aggregatwechsel planbar vorbereitet; funktionierende Elektroden können häufig weiterverwendet werden.

Der **Herzschrittmacher- oder ICD-Ausweis** enthält wichtige Angaben zu Aggregat und Elektroden. Möglichst immer mitführen – besonders bei medizinischen Untersuchungen, Operationen, MRT-Anfragen und auf Reisen.

Warnzeichen und Verhalten nach einem ICD-Schock

Bitte melden Sie sich zeitnah bei ungeklärter Bewusstlosigkeit oder Beinahe-Bewusstlosigkeit, neuem ausgeprägtem Schwindel, anhaltendem oder wiederholtem Herzasen, auffälligen Veränderungen am Aggregat oder Beschwerden mit möglichem Implantatbezug.

Nach einem einzelnen ICD-Schock

Bei anschließendem Wohlbefinden sollte das Gerät **zeitnah kontrolliert** werden. Bei mehreren Schocks in kurzer Folge, anhaltendem Herzasen, Bewusstlosigkeit, Brustschmerzen, Atemnot oder deutlicher Kreislaufbeeinträchtigung: **Notruf 112.**

Letzte redaktionelle Prüfung am: 31.08.2026