



**ARVC-Selbsthilfe e.V.**  
Fastlingerring 113  
D-85716 Unterschleißheim

Telefon: **0163 1847521**  
Mail: **info@arvc-selbsthilfe.org**  
Webseite: **www.arvc-selbsthilfe.org**

## **INFORMATIONEN ZU COVID-19 UND PATIENTEN MIT VORBESTEHENDER HERZERKRANKUNG (Stand: 19.08.2020)**

### **1. Erhöhtes Risiko von Herzpatienten**

Patienten mit chronischen Herzerkrankungen wie ARVC haben bei einer Infektion mit dem Coronavirus ein erhöhtes Risiko für einen schwereren Verlauf. Sie sind gefährdet durch

- gefährliche Herzrhythmusstörungen
- Herzmuskelentzündungen (Myokarditis)
- infektionsbedingten Katecholaminanstieg mit Anstieg der Herzfrequenz und erhöhtem Risiko für Tachykardien

Nutzen Sie deshalb unbedingt alle Präventionsmöglichkeiten (s.u.).

Besonders gefährdet sind Patienten mit

- Herzschwäche (Herzinsuffizienz)
- Lungenhochdruck
- Immunschwäche/-suppression
- nach Herztransplantation
- zusätzlichen Risikofaktoren wie hohem Blutdruck, Diabetes und Adipositas

### **2. Prävention**

- Hygiene (beachten Sie die allseits bekannten Hinweise zur Händehygiene)
- Verwenden Sie einen Mund-Nasenschutz beim Einkaufen, in Menschenmengen und evtl. in geschlossenen Räumen (auch wenn es nicht vorgeschrieben ist)
- Wahren Sie – wo möglich – soziale Distanz (natürlich den Mindestabstand von 1,5 – 2m, aber beschränken Sie Ihre Kontakte überhaupt auf ein möglichst niedriges Niveau). Bedenken Sie, dass – je länger Sie coronafrei bleiben – immer mehr über die Erkrankung und mögliche Risiken, aber auch therapeutische Möglichkeiten bekannt wird.

### **3. Typische Symptome von und Testung auf Covid-19**

Bei Kontakt mit positiv getesteten Personen oder typischen Krankheitssymptomen wie

- Fieber
- trockener Husten
- Abgeschlagenheit
- Geruchs-/Geschmacksverlust
- Muskel-/Glieder-/Kopfschmerzen
- Atemnot/Kurzatmigkeit/Schmerzen beim Atmen
- selten Durchfall/Auswurf/Halsschmerzen/Herzinfarktsymptome)

lassen Sie sich auf Covid-19 testen. Informieren Sie den Arzt / die Behörde, dass Sie zur Risikogruppe gehören. Begeben Sie sich bis zum Erhalt des Testergebnisses in Quarantäne.

### **4. Allgemeine Tipps**

- Senken Sie Fieber mit Paracetamol
- Halten Sie den Kaliumspiegel auf hohem Niveau (> 4,5 besser 5 mmol/l)
- Stärken Sie, wenn Sie möchten, Ihr Immunsystem mit Vit. C oder Zink
- Nehmen Sie Ihre Medikamente wie gewohnt ein (Betablocker z.B. haben keinen negativen Einfluss auf das Immunsystem und erhöhen nicht das Infektionsrisiko)



**ARVC-Selbsthilfe e.V.**  
Fastlingerring 113  
D-85716 Unterschleißheim

Telefon: **0163 1847521**  
Mail: **info@arvc-selbsthilfe.org**  
Webseite: **www.arvc-selbsthilfe.org**

#### 5. Einnahme von Sartanen, ACE-Hemmern und Blutverdünnern

**Setzen Sie auf keinen Fall** wegen kursierender Nachrichten Sartanen oder ACE-Hemmer **ab!** Theoretische Risiken dieser Medikamente in Zusammenhang mit Covid-19 sind nach wie vor umstritten, allerdings kann das Absetzen der gewohnten Medikamente mehr Schaden anrichten. Bei Neu-Einstellung auf ein Medikament fragen Sie den Arzt nach Alternativen. Verordnete Blutverdünner sind wegen der Thrombosegefahr durch Covid-19 ohnehin als günstig anzusehen und deshalb unbedingt weiter einzunehmen.

#### 6. Einnahme von Ibuprofen, ASS, Diclofenac etc. (nicht-steroidale Antirheumatika = NSAR)

Obwohl ein schwerer Verlauf einer Covid-19-Infektion durch NSAR nicht erwiesen ist, können die Medikamente, insbesondere bei längerfristiger Anwendung generell bei Herzpatienten eine ungünstige Wirkung haben. Deshalb empfehlen wir, bei kurzfristig auftretenden Schmerzen, Fieber oder leichten grippalen Symptomen, eher Paracetamol zu verwenden.

#### 7. Empfohlene Impfungen

Für Herzpatienten wird (unabhängig von Covid-19) eine Impfung gegen **Influenza** (Grippe) einmal jährlich und gegen **Pneumokokken** alle 6 Jahre empfohlen.

#### 8. Infektionsrisiko durch Aerosole

Ein Risiko einer Infektion über Aerosole (feinste freischwebende Tröpfchen in der Luft) ist mittlerweile gut belegt. Das Risiko lässt sich minimieren durch: Tragen von Mundschutz (am besten FFP2-Maske), Einhalten der Distanz von mindestens 1,5 m (besser 2 m) und in der Schule/am Arbeitsplatz Einnehmen eines Platzes in der hintersten Reihe, wenn möglich am offenen Fenster (alternativ regelmäßiges Lüften). Bei unwohltem Gefühl trotz aller Schutzmaßnahmen versuchen Sie, individuelle Lösungen mit Schulleitung/Lehrern/Arbeitgeber zu treffen oder ein Attest für Homeschooling/Homeoffice vom Hausarzt/Kardiologen ausstellen zu lassen. Exaktere Aussagen sind derzeit nicht machbar.

#### 9. Off-label-Therapieansätze von Covid-19

Malaria Mittel (**Chloroquin und Hydroxychloroquin**) oder HIV-Medikamente (**Lopinavir und Ritonavir**) verlängern zum Teil die QT-Zeit und können zu gefährlichen Herzrhythmusstörungen führen, insbesondere bei Kombination mit bestimmten Antibiotika wie Azithromycin! Deshalb ist ein Einsatz bei Herzpatienten nicht ungefährlich, besonders bei Patienten, die QT-Zeit-verlängernde Medikamente einnehmen (z.B. Sotalol, Amiodaron). Auf alle Fälle muss die QT-Zeit unbedingt engmaschig überwacht werden, wenn neue Medikamente bei Herzpatienten erprobt werden, idealerweise durch ein 12-Kanal-EKG. Die QT-Zeit sollte < 500 ms betragen. Ein Anstieg der QT-Zeit unter einer Therapie von > 60 ms ist als kritisch anzusehen. Außerdem haben sich diese Medikamente mittlerweile als unwirksam herausgestellt.

Neue Hoffnungen werden auf Therapien mit **Remdesivir** und **Dexamethason** (ein niedrigdosiertes Cortison) gesetzt. Remdesivir hat keine unerwünschten Effekte auf das Herz und beeinflusst die QT-Zeit nicht.

Außerdem gibt es Überlegungen, wegen der Gefahr von Mikrothrombosierungen (kleinen Blutgerinnseln) grundsätzlich **Heparin** einzusetzen.

Ein anderer Ansatz ist die Behandlung von Erkrankten mit dem **Plasma** Genesener, das Antikörper gegen Covid-19 enthält.



**ARVC-Selbsthilfe e.V.**  
Fastlingerring 113  
D-85716 Unterschleißheim

Telefon: **0163 1847521**  
Mail: **info@arvc-selbsthilfe.org**  
Webseite: **www.arvc-selbsthilfe.org**

#### **10. Sport nach einer Infektion**

Abgesehen von den ohnehin empfohlenen Einschränkungen beim Sport durch die Grunderkrankung ARVC sollte auch bei reinen Mutationsträgern nach einer Covid-19-Infektion mindestens 4 – 6 Wochen gar kein Sport betrieben werden.

#### **11. (Zahn-)Arzt- und Krankenhausbesuche in Coronazeiten**

Aufschiebbare Arztbesuche können ggf. verschoben werden. Zögern Sie aber nicht, bei beunruhigenden Krankheitszeichen einen Arzt oder ein Krankenhaus aufzusuchen! Erkundigen Sie sich vorher telefonisch nach den Bedingungen dafür (Maskenpflicht, Begleitung möglich oder nicht, was mitbringen?). Gehen Sie nicht zu spät zum Arzt aus Angst vor einer Covid-19-Infektion! Seit Mitte August empfiehlt die WHO die Verschiebung nicht dringlicher Zahnarztbesuche, die nur der Prophylaxe dienen.

#### **12. Implantierte Geräte (Schrittmacher, Defibrillatoren)**

Patienten mit implantierten Devices haben kein erhöhtes Risiko durch die Geräte, nur durch die zugrundeliegende Grunderkrankung.

#### **13. Gefahr eines Zytokinsturms/schweren Verlaufs/Multiorganversagens**

Bei Covid-19 Infektionen kann es zu einer überschießenden Immunreaktion kommen. Der daraus folgende Anstieg von IL-6 (Interleukin 6) führt zur Verlängerung der QT-Zeit und zu einer massiven Entzündung aller Gewebe. Auch ein Anstieg der Katecholaminausschüttung kann die Herzprobleme von ARVC-Patienten verstärken. Als Therapieoptionen werden aktuell verschiedene Rheumamedikamente (z.B. Tocilizumab, Sarilumab etc.) und Cortison im Rahmen von Studien erprobt. Aber auch diese sind möglicherweise nicht wirksam.

#### **14. Spezielle Informationen für Herzinsuffizienzpatienten**

Für Patienten, die nicht nur Herzrhythmusstörungen, sondern bereits eine Herzinsuffizienz haben, gibt es spezielle Informationen. Diese finden Sie in unserer Artikelliste zu Covid-19.

#### **15. Tipps im Umgang mit Ängsten und Sorgen**

Lassen Sie sich von den verstörenden Nachrichten in allen Medien nicht zu sehr verunsichern. Hilfreiche Tipps im Umgang mit Ängsten und Sorgen finden Sie auf diversen Webseiten und auf unserer Seite mit gesammelten Artikeln zu Covid-19.

**Eine große Sammlung an Artikeln zu allen genannten Punkten für den Interessierten und Fachartikel auf Deutsch und Englisch finden Sie unter**

**[> Weitere Artikel zu Covid-19](#)**

**Wenn Sie an Covid-19 erkrankt sind oder waren, füllen Sie diese Umfrage** der kanadischen Patientenorganisation SADS aus, damit möglichst viele Daten international gesammelt werden können, um das Risiko von ARVC-Patienten besser spezifizieren zu können

**[> Covid-19-Fragebogen von SADS Kanada](#)**