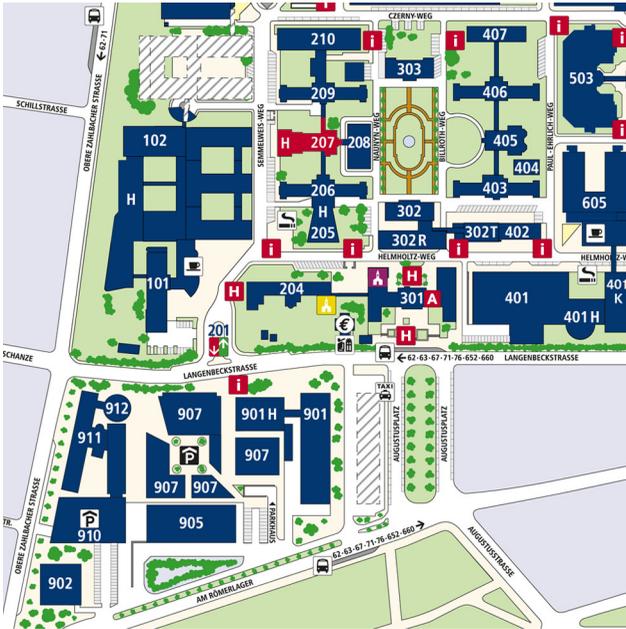


# Lageplan

## Universitätsmedizin Mainz



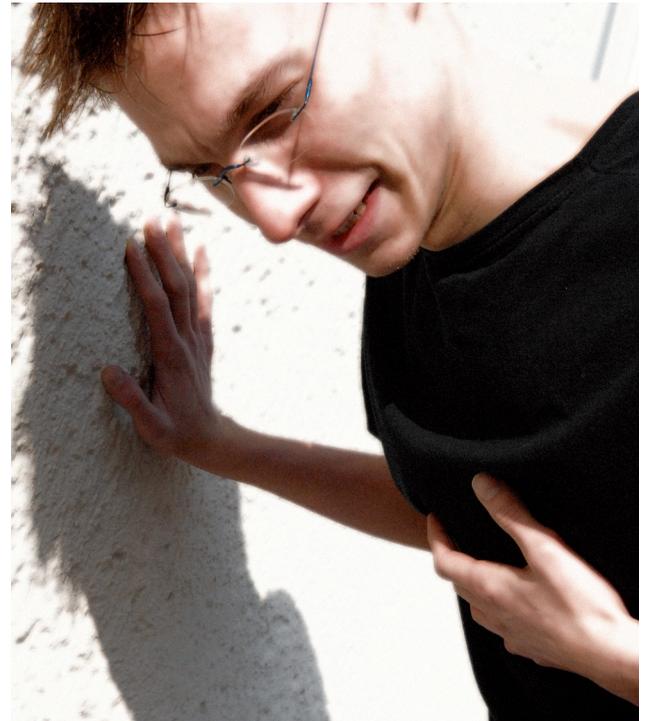
Gebäude 207 / Raum 1.213

**Universitätsmedizin**  
der Johannes Gutenberg-Universität Mainz,  
Langenbeckstr. 1, 55131 Mainz

Sie finden die Spezialsprechstunde "Psychokardiologie und Stressverarbeitung" der Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie im Gebäude 207 im 1. Obergeschoß (Anmeldung Raum 1.213).

Sie erreichen die Sprechstunde telefonisch unter 06131-17-7381 (Mo-Do 08:00-16:00 Uhr, Fr 08:00-13:00 Uhr) oder per E-Mail unter Sekretariate-pt@unimedizin-mainz.de.

Auf unserer Homepage [www.unimedizin-mainz.de](http://www.unimedizin-mainz.de) finden Sie Anfahrtsskizzen sowie mögliche Busverbindungen.



Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie  
& Kardiologie |

## Hilfe für beladene Herzen

### Hilfe bei stressbedingten Beschwerden

Unser Wissen für Ihre Gesundheit



UNIVERSITÄTS**medizin.**  
MAINZ

# Hilfe für beladene Herzen

## Stressbedingte Beschwerden und reaktive Ängste aufgrund einer Herzerkrankung

Menschen, die wegen akuter Brustschmerzen, Vorhofflimmern, Herzrhythmusstörungen oder anderer Herzerkrankungen behandelt werden, leiden nicht selten auch an erheblichen stressbedingten Beschwerden.

Typische stressbedingte Beschwerden sind:

Schlafstörungen (nicht erholsamer Schlaf)

Nervosität, innere Unruhe, Schreckhaftigkeit

Angstgefühle, Panik, Unwirklichkeits- oder Schwindelgefühle

Niedergeschlagenheit, Energielosigkeit, Interessenverlust

Engegefühle in der Brust oder das Gefühl, nicht richtig durchatmen zu können, ohne feststellbare organische Ursache (nach gründlicher Ausschlussdiagnostik)

Schmerzhafte muskuläre Verspannungen (z.B. Nacken und Gliederschmerzen)

Rauchen, Stressessen, ungesunder Lebensstil, Einsamkeit

Stressbedingte Beschwerden und reaktive Ängste aufgrund einer Herzerkrankung können eine erhebliche Belastung und Einbuße an Lebensqualität bedeuten.

## Hilfe bei stressbedingten Beschwerden

Um Patient\*innen im Umgang mit stressbedingten Beschwerden eine erste Hilfe zu bieten und weiterführende Behandlungsmöglichkeiten aufzuzeigen, hat die Klinik und Poliklinik für Psychosomatische Medizin und Psychotherapie in Kooperation mit der Kardiologie eine Spezialsprechstunde ins Leben gerufen.

Die Sprechstunde ist ein niedrighschwelliges Angebot für Patient\*innen, die Orientierung hinsichtlich stressbedingter Beschwerden oder reaktiver Ängste aufgrund einer Herzerkrankung wünschen.

## Sprechstunde: Psychokardiologie und Stressverarbeitung

Betroffene können sich zwecks eines Termins an die Sprechstunde "Psychokardiologie und Stressverarbeitung" der Universitätsmedizin Mainz wenden.

Falls Sie nicht wissen, ob dieses Angebot für Sie geeignet ist, sprechen Sie am besten mit den Kolleg\*innen der Kardiologie oder Ihrem Hausarzt.

### Ihr Weg in die Sprechstunde

- Vereinbaren Sie einen Termin unter 06131-17-7381
- Bringen Sie wenn möglich wichtige Arztbriefe oder Befunde mit.



PD Dr. med.  
Matthias Michal  
Leiter Psychokardiologie  
und Stressverarbeitung