

Konsequent und frühestmöglich behandeln

Herzschwäche: Atemnot und mangelnde Leistungsfähigkeit können Anzeichen sein

Offenbach – Die Herzinsuffizienz zählt laut dem Kompetenznetz Herzinsuffizienz zu den drängendsten Gesundheitsproblemen der modernen Gesellschaft. Etwa zwei bis drei Millionen Menschen leiden in Deutschland darunter – jeder zehnte über 70 Jahre lebt mit Herzmuskel-schwäche. Jedes Jahr müssen deswegen über 440.000 Patienten ins Krankenhaus – rund ein Zehntel stirbt daran.



Dr. Bernd Thöming

Chefarzt der Medizinischen Klinik II im Ketteler Krankenhaus

Die Herzinsuffizienz wurde lange Zeit als eine eigenständige Krankheit des Herzens betrachtet. Heute weiß man, dass es sich um die Folge von Störungen unterschiedlicher Herzfunktionen oder verschiedener Anteile des komplexen Systems „Herz-Kreislauf“ handelt. So liegen bei etwa 70 Prozent der Herzinsuffizienz-Patienten Bluthochdruck und koronare Herzkrankheit (KHK) als Grunderkrankung vor, häufig in Zu-

sammenhang mit Diabetes. Aber auch Herzklappen-krankungen, Herzmuskel-entzündung, Vorhofflimmern oder angeborene Herzfehler kommen als Ursache in Frage.

Die frühestmögliche und konsequente Behandlung von Herzkrankungen ist ebenso lebenswichtig wie das Wissen um die Symptome, wie Kardiologe Dr. Bernd Thöming vom Ketteler Krankenhaus Offenbach betont. „Viele Menschen wissen

nicht, dass eine Vielzahl von Herzerkrankungen zu einer Herzschwäche führen können“, sagt Thöming. „Ebenso wenig kennen sie die Warnzeichen einer beginnenden Herzschwäche. Wenn das Herz schwächt und den Körper nicht mehr ausreichend mit Blut versorgen kann, werden die Organe und Gehirn in Mitleidenhaft gezogen. Massive Beschwerden sind die Folge, die letztendlich lebensbedrohlich sein können.“ Daher rät der Experte zum sofortigen Handeln bei Atemnot, schlechter Abnahme der Leistungsfähigkeit sowie Wasser-

einlagerungen in den Beinen. „Es ist keineswegs eine normale Alterserscheinung, wenn man schon bei kleiner Anstrengung aus der Puste gerät“, erklärt Thöming. „Man sollte unbedingt abklären lassen, ob eine Erkrankung des Herzens dahinter-

steckt. Je früher eine Herzinsuffizienz erkannt wird, desto eher kann man das Fortschreiten aufhalten oder zumindest verlangsamen. Im Zweifelsfall sollte man nicht zögern, einen Herzspezialisten aufzusuchen.“

Die Behandlung der Herzinsuffizienz gliedert sich im Wesentlichen in zwei Teile: die Ursache in den Griff zu bekommen sowie das Herz selbst zu unterstützen. Zu hoher Blutdruck muss konsequent eingestellt werden. Sind defekte Herzklappen oder Durchblutungsstörungen am Herzen die Ursache, müssen diese häufig durch entsprechende Eingriffe gezielt behandelt werden. Medikamente wie Betablocker, ACE-Hemmer und Sartane, ebenso Magnetresonanztomographien (diagnostisches Verfahren zur grafischen Darstellung von Blutgefäßen) schützen das Herz und die

Leistungsfähigkeit des Herzmuskels. Bleiben die Symptome trotzdem bestehen, gibt es neue Medikamente, die zu einer Senkung der Sterblichkeit und Verbesserung der Lebensqualität führen. Diuretika fördern die Entwässerung des Körpers und entlasten so das Herz. „Eine wichtige Rolle in der Therapie kommt der Bewegung zu“, sagt Thöming. „Übertriebene Schonung ist Gift.“ Allerdings sollte zuvor beim Kardiologen die Belastbarkeit getestet werden. Ideal bei Herzschwäche sind Ausdauersportarten wie Radfahren, Wandern oder Nordic Walking, bei gut trainierten Patienten auch Skilanglauf. Aber auch tägliches zügiges Spazieren gehen zeigt schon Wirkung. Studien haben dargelegt, dass sich durch regelmäßiges Ausdauertraining die Leistungsfähigkeit um bis zu 25 Prozent verbessert.

soh