

Herzschwäche entwickelt sich oft schleichend

Bei Anzeichen ist unbedingt ein Experte zu Rate zu ziehen

Herzinsuffizienz, auch Herzschwäche oder Herzmuskelschwäche genannt, gehört laut Weltgesundheitsorganisation WHO zu den zehn häufigsten Todesursachen. Daran hat sich im Ranking zwischen 2019 und 2021 kaum etwas geändert. „Ein Zeichen dafür, dass wir Mediziner dringend weiter forschen müssen“, sagt Professor Dr. Matthias Paul, Chefarzt für Kardiologie im Steinfurter UKM Marienhospital. Er war Referent einer weiteren Folge der Vortragsreihe „Abendvisite“. Die erfolgreiche Veranstaltungsreihe ist eine Kooperation zwischen UKM Marienhospital, KulturForumSteinfurt und Familienbildungsstätte Steinfurt, in deren Räumlichkeiten die gut besuchten Vorträge stattfinden. Der Vortragssaal war restlos besetzt, auch online hatten sich viele Interessierte zugeschaltet.

Kurz gesagt ist eine Herzinsuffizienz dadurch charakterisiert, dass das Herz nicht mehr in der Lage ist, ausreichend Blut zu pumpen, um den Bedürfnissen des Körpers gerecht zu werden. „Die Krankheit entwickelt sich häufig schleichend und bleibt oft lange Zeit unbemerkt“, so Professor Paul, „weil ihre Symptome auch auf andere Erkrankungen hinweisen können.“ Herzschwäche-Patienten schildern vielfach eine Abnahme der körperlichen Leistungsfähigkeit, Müdigkeit, Abgeschlagenheit oder auch Schwellung im Bereich beider Fußknöchel bzw. Unterschenkel, letztere infolge einer Flüssigkeitsansammlung. Absolute Vorsicht ist bei einer akuten Herzinsuffizienz mit beginnendem Kreislaufversagen geboten. „In einem solchen Fall muss sofort unter der Telefonnummer 112 der Rettungsdienst verständigt werden“, schärfte der Experte dem Publikum ein.

Diagnostisch gibt es probate Möglichkeiten, den Ursachen einer Herzinsuffizienz auf die Spur zu kommen. „Wichtig ist zunächst die Anamnese, das eingehende Gespräch mit dem Patienten“, sagt Chefarzt Professor Paul. Eine körperliche Untersuchung inklusive Auskultation, dem Abhören der Herzgeräusche, muss sich anschließen. EKG, eine fahrradergometrische Belastungsuntersuchung, eine Echokardiographie oder eine Magnetresonanztomographie und Weiteres sind ebenfalls Untersuchungsoptionen. Der Referent gab detaillierte Erläuterungen zur Elektrik des Herzens, der Muskulatur und den Herzkranzgefäßen. Dabei erfuhr das Publikum, wie stark der Herzmuskel kontinuierlich belastet wird. Einem gesunden Herzen macht es nichts aus, 100.800 Mal am Tag zu schlagen und 7.000 Liter Blut pro Tag durch den Körper zu pumpen. Bei Erwachsenen liegt die normale Ruhe-Herzfrequenz bei 60 bis 80 Schlägen pro Minute, die Frequenz liegt demgegenüber bei einem Neugeborenen mit 120 bis 140 Schlägen pro Minute wesentlich höher.

Die Herzinsuffizienz kann von der Depression bis hin zu Atemwegserkrankungen eine Reihe von Begleiterkrankungen aufweisen. Medikamentöse Behandlungen sollen unter anderem die Lebensqualität wieder steigern und die Leistungsfähigkeit erhalten. Das alles sollte mit dem behandelnden Arzt ausführlich besprochen werden. Positiv wirkt sich ein gesunder Lebensstil ohne Tabakkonsum und mit ausgewogener Ernährung, etwa in Form mediterraner Küche, aus. Körperliche Bewegung im Rahmen der individuellen Möglichkeiten ist nach Abstimmung mit der behandelnden Ärztin bzw. Arzt ebenso zu empfehlen.

Foto: Professor Dr. Matthias Paul