

Herzschwäche – Behandlungsinformationen

Als Herzschwäche wird eine Erkrankung bezeichnet, bei der das Herz nicht mehr in der Lage ist, den Körper ausreichend mit Blut und Sauerstoff zu versorgen. Die Herzschwäche ist eine der häufigsten Todesursachen in Deutschland. Viele alte Menschen leiden an dieser Erkrankung.

Die häufigste Ursache der Herzinsuffizienz ist die Verkalkung der Herzkranzgefäße; dies führt zu einer verminderten Durchblutung der Herzmuskulatur. Ein jahrelanger hoher Blutdruck kann zur Erschöpfung der Herzleistung führen, da das Herz gegen diesen Blutdruck arbeiten muss. Auch Fehlfunktionen der Herzklappen, die nicht selten Folge von Erkrankungen während der Kindheit und Jugend sind (Scharlach, Diphtherie, Rheuma), können durch eine permanent gesteigerte Belastung des Herzens in eine Herzschwäche einmünden. Eine Herzschwäche kann zudem Folge einer Erkrankung anderer Organe sein.

Was spüren Sie bei einer Herzschwäche?

Die Herzschwäche äußert sich als erstes darin, dass die körperliche Belastbarkeit fortlaufend sinkt. Es kann Luftnot unter Belastung, später auch in Ruhe auftreten. Die Beine können anschwellen, das Gewicht steigt, sie müssen nachts häufig Wasser lassen, es kann zu Müdigkeit und Schwindelattacken kommen. Sollten Sie solche Symptome an sich feststellen, sollten Sie rasch Ihren behandelnden Arzt aufsuchen.

Wie wird die Herzschwäche behandelt?

Die Behandlung der Herzschwäche erfolgt vorwiegend medikamentös. Es ist wichtig, die vom Arzt angesetzte Medikation genau und täglich einzunehmen. Hierdurch werden lebensgefährliche Komplikationen der Erkrankung vermindert und die Lebenszeit und Lebensqualität verbessert. In bestimmten Fällen müssen Herzschrittmachersysteme eingesetzt werden, die gefährliche Rhythmusstörungen behandeln oder die Herzkammern synchronisieren.

Was können Sie selbst tun?

- Ernährung: Achten Sie auf eine Kost mit ausreichend Obst und Gemüse.
- Flüssigkeitszufuhr: Ideal ist eine Flüssigkeitszufuhr von 1,5 bis zwei Litern pro Tag.
- Bewegung: Bewegen Sie sich täglich für 30 min. Spazieren gehen und leichte Kraft- oder Koordinationsübungen reichen aus.
- Alkohol: Minimieren Sie Ihren Alkoholkonsum.
- Rauchen: Verzichten Sie auf das Rauchen.
- Impfen: Lassen Sie sich regelmäßig jedes Jahr gegen Grippe und alle fünf Jahre gegen Pneumokokken impfen.

KONTAKT

Chefarzt Christian Triebel
Klinik für Geriatrie und Neurogeriatrie
Ev. Krankenhaus Mülheim
Tel. 0208 309-2604
christian.triebel@evkmh.de

Chefarzt Sergej Birkheim
Klinik für Geriatrie
Ev. Krankenhaus Oberhausen
Tel. 0208 881-1311
sergej.birkheim@eko.de