

Datum: 30.09.2016

## **Kreiskliniken**

### **An der Kreisklinik Wertingen profitieren Patienten von sorgfältiger Aufklärung und umfassenden Diagnostik- und Behandlungsmöglichkeiten**

Termine wie beispielsweise der Weltherztag – in diesem Jahr unter dem Motto „Setze Deine Kräfte fürs Leben frei“ am vergangenen Mittwoch sind für uns in der internistischen Abteilung der Kreisklinik Wertingen stets ein willkommener Anlass, um unseren Beitrag zu Aufklärung und Sensibilisierung zu leisten.

Herz-Kreislauf-Beschwerden – vor allem der Herzinfarkt – gehören in Deutschland zu den häufigsten Krankheiten – zu den häufigsten Todesursachen zählen Herzinfarkt und Schlaganfall. Die zugrundeliegende Erkrankung für den akuten Herzinfarkt ist die Koronare Herzerkrankung, bei der sich Ablagerungen in der Wand der Herzkranzgefäße bilden, die zu Verengungen führen. Verursacht wird die Koronare Herzerkrankung durch verschiedene Risikofaktoren wie eine genetische Belastung (positive Familienanamnese), Diabetes, Bluthochdruck, hohe Cholesterinwerte, Rauchen, Stress und fehlende Bewegung.

### **Umso wichtiger sind Vorbeugung und Pflege eines gesunden Lebensstils von Anfang an.**

Ein akuter Herzinfarkt stellt für die betroffenen Patienten und dessen Angehörigen einen schweren Schicksalsschlag dar und führt häufig zu großer Verunsicherung. Vorbeugung und Pflege eines gesunden Lebensstils stehen im Mittelpunkt, das Wissen um die Risikofaktoren spielt eine wichtige Rolle. Denn es führt nicht nur alleinig ein ungesunder Lebenswandel zu schwerwiegenden Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Keinesfalls darf jedoch eine Behandlung im Herzkatheterlabor als „Quittung für den ungesunden Lebenswandel“ diskutiert werden, insbesondere, da neben der familiären genetischen Belastung für die Koronare Herzerkrankung

kung auch für weitere Risikofaktoren eine genetische Vorbelastung besteht, wie z.B. Bluthochdruckerkrankungen und Diabetes mellitus Typ2.

Dennoch kann die Prognose der Patienten durch die Behandlung der kardiologischen Risikofaktoren - soweit möglich – heutzutage wesentlich gebessert werden: Wir raten insbesondere dazu, auf die Blutdruckeinstellung und auf ausreichend Bewegung zu achten und setzen im Hinblick auf Ernährung auf mediterrane, leichte Kost. So sollte die Blutdruckeinstellung in der Regel auf Werte zwischen 120-135 / 70-85mmHg eingestellt werden. Das Cholesterin sollte auf möglichst niedrige Werte gesenkt werden, auch bei Patienten mit „normalen“ Ausgangswerten wird so das individuelle Risiko für einen erneuten Herzinfarkt beträchtlich gesenkt.

Seit den neunziger Jahren konnte aufgrund mehrerer Studien gezeigt werden, dass durch tägliche körperliche Bewegung von 30-45 Minuten, mind. 4-5x/Woche und Umstellung der Ernährung die Prognose wesentlich gebessert werden kann.

Eine Ernährungsumstellung erfordert keinen Verzicht auf „leckeres Essen“, aber sollte mit Reduktion der tierischen Fette sowie des Fleischkonsums mit Bevorzugung eher weißer Fleischsorten und vermehrtem Fischgenuss der mediterranen Küche angepasst werden mit mehr Obst, Gemüse, Öle statt Fette (ungesättigte Fettsäuren) – wie in der traditionellen süditalienischen Küche üblich. Dies führt nachweislich zu einer starken Reduktion des Risikos für erneuten Herzinfarkt und Herztod.

Im Falle eines Falles sind wir an der Kreisklinik Wertingen vor Ort und gewährleisten umfassende Diagnostik- und Behandlungsmöglichkeiten. Mit unserem modernen Internistischen Diagnostikbereich und dem dort integrierten Herzkatheterlabor können Ärzte und Pflege schnell reagieren: Tritt beispielsweise durch Anlagerung von Blutplättchen ein kompletter Verschluss des Herzkranzgefäßes an dieser Stelle auf, entsteht ein akuter Herzinfarkt mit hohem Risiko für den Patienten und Schädigung des von diesem Gefäß versorgten Herzmuskels. Um eine Schädigung des betroffenen Herzmuskels zu vermeiden, muss möglichst rasch das verschlossene Herzkranzgefäß wiedereröffnet werden, bereits nach wenigen Stunden ist eine Schädigung des Herzmuskels nicht mehr vollständig zu verhindern.

Erfreulicherweise konnten im letzten Jahr – wie berichtet – über 150 akute Herzinfarkte notfallmäßig behandelt werden und in vielen Fällen größere Schäden vom Herzen der Patienten abgewendet werden.

Im Vordergrund für die Ärzteschaft der Wertinger Klinik stehen insbesondere die vertrauensvolle Beratung und Aufklärung unserer Patientinnen und Patienten. Die vertrauensvolle und umfassende Aufklärung der Patienten und Motivation zur Einstellung der kardiologischen Risikofaktoren ist deswegen ein wesentlicher Bestandteil unserer kardiologischen ärztlichen Betreuung und leistet so den Beitrag, Schaden vom Patienten abzuwenden. Unser oberstes Ziel ist die beste und umfassende Versorgung der Patienten von Anfang an.

Mehr Informationen finden Sie unter [www.khdw.de](http://www.khdw.de).

**Ihr Kontakt für Rückfragen:**

Kreisklinik Wertingen / Innere Medizin - Fachbereich Kardiologie

**Chefarzt Dr. med. Franz von Hoch**

Facharzt für Innere Medizin/ Kardiologie; Zusatzqualifikation Interventionelle Kardiologie

Tel.: 082 72 / 998 - 220

Fax: 082 72 / 998 - 223

E-Mail: [Franz.vonHoch@khdw.de](mailto:Franz.vonHoch@khdw.de)