

Bekämpfung der Infarktsterblichkeit: Herzstiftung hilft bei Aufklärung über Herzinfarkt und Risiko-Vorsorge

Deutsche Herzstiftung unterstützt 1. Herzwoche Sachsen-Anhalt mit Informationsmaterial für die Bevölkerungsaufklärung über Herzinfarkt-Alarmzeichen und Risikokrankheiten

(Frankfurt a. M./Magdeburg, 25. April 2018) „Nur wer die Herzinfarkt-Symptome und Risikokrankheiten von Herzinfarkt, Herzschwäche und anderen Herzkrankheiten frühzeitig kennt, kann sich auch vor den Gefahren dieser Herzleiden schützen“, betont der Kardiologe Prof. Dr. med. Dietrich Andresen vom Vorstand der Deutschen Herzstiftung (www.herzstiftung.de) bei der Pressekonferenz zur Vorstellung der Aufklärungskampagne „1. Herzwoche Sachsen-Anhalt“. Vorrangiges Ziel der Herzstiftung als Kooperationspartner des Landes Sachsen-Anhalt ist, die überdurchschnittlich hohe Sterblichkeit und Erkrankungshäufigkeit in Sachsen-Anhalt durch Herzinfarkt und andere Herz-Kreislauf-Erkrankungen einzudämmen – und zwar mit Hilfe gezielter Aufklärungsangebote im Rahmen der mehrjährigen Kampagne.

Herzinfarkt: Jede Minute zählt! Sofort den Notarzt (112) rufen

Beim Herzinfarkt zählt jede Minute zwischen Symptombeginn und Wiedereröffnung des durch einen Blutpfropf (Thrombus) verschlossenen Herzkranzgefäßes. Die häufig lebensrettende Wiedereröffnung des Herzkranzgefäßes geschieht mittels Herzkatheter im Katheterlabor. Wer daher bei einem Herzinfarkt die Infarktsymptome (Alarmzeichen unter:

www.herzstiftung.de/Anzeichen-Herzinfarkt.html) richtig einordnet und sofort über den Notruf 112 den Notarzt alarmiert, kann sein Herz vor dauerhaften Schäden wie Herzschwäche bewahren. „Beim Herzinfarkt zählt jede Minute, weil der Infarkt jederzeit lebensbedrohliche Herzrhythmusstörungen – Kammerflimmern – auslösen kann und zum Untergang von Herzgewebe führt“, warnt Prof. Andresen. Leider sind mehr als die Hälfte aller Herzinfarktsterbefälle vor Erreichen der Klinik zu beklagen, weil die Betroffenen bei Infarktverdacht zu lange vor der 112 zögern oder die Infarkt-Symptome nicht richtig zuordnen. Jedes Jahr sterben über 49.000 Menschen am akuten Herzinfarkt.

Unabhängige Informationen für Betroffene zu Infarkt-Risikokrankheiten

Millionen Betroffene in Deutschland, darunter auch viele Tausend in Sachsen-Anhalt, haben Bluthochdruck, Diabetes mellitus oder zu hohe Cholesterinspiegel im Blut. Diese schleichenden Risikokrankheiten für Herzinfarkt, Herzschwäche und Schlaganfall fallen oftmals erst dann auf, wenn es zu spät ist und sie Organschäden verursacht haben (Bluthochdruck) oder durch Schädigung der Gefäßinnenhaut der Herzkranzgefäße (sog. Arteriosklerose) zum Herzinfarkt führen (Diabetes). „Deshalb muss jeder diese Krankheiten und ihre Ursachen kennen und wissen, wie man durch konsequente Lebensstilmaßnahmen viel bewirken und sich vor diesen ‚stillen Killern‘ schützen kann“, unterstreicht Prof. Andresen. Bluthochdruck etwa entsteht durch das Zusammenspiel erblicher Anlagen und ungünstiger Lebensstilfaktoren wie Übergewicht, zu hohe Salzzufuhr, Bewegungsmangel, zu viel Alkohol und Rauchen, die den Blutdruck nach oben treiben. Eine Lebensstilumstellung durch Gewichtsnormalisierung, regelmäßige Ausdauerbewegung (5-mal pro Woche je 30 Min.), Salzzufuhr von maximal 5 Gramm täglich, gesunde Ernährung mit Gemüse und Obst (kaliumreich), frischen ballaststoffreichen Zutaten wie in der Mittelmeerküche kann zur Vorbeugung des Bluthochdrucks und Diabetes beitragen (www.herzstiftung.de/Blutdruck-natuerlich-senken.html). „Jeder sollte daher früh seine Risikofaktoren kennen.“

Herzinfarkt-Risikotest: Warnmelder für unerkannte Risikokrankheiten

Eine Hilfe für alle, die ihr Herzinfarkt-Risiko selbst testen möchten, ist der kostenfreie Risikotest auf der Homepage der Herzstiftung (www.herzstiftung.de). Mit dem Test können bislang unentdeckte, aber potenziell lebensbedrohliche Erkrankungen wie Bluthochdruck und Diabetes, aber auch Faktoren wie Stress in den Fokus des nächsten Check-ups beim Hausarzt rücken.

Betroffene und Interessierte erhalten kostenfreie Informationen über Diagnose, Therapie und Vorbeugung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen über die Herzstiftungs-Homepage www.herzstiftung.de oder bei der Deutschen Herzstiftung unter Tel. 069 955128-0, E-Mail: info@herzstiftung.de

Was Herzpatienten mit koronarer Herzkrankheit (KHK) oder nach überstandener Herzinfarkt für ihre Herzgesundheit tun sollten, darüber informiert der Experten-Ratgeber „Herz in Gefahr: Koronare Herzkrankheit und Herzinfarkt“ (160 S.), kostenfrei anzufordern unter www.herzstiftung.de/Koronare-Herzkrankheit-Sonderband.html (Tel. 069 955128400, E-Mail: bestellung@herzstiftung.de)

Einen Herznotfall-Ratgeber „**Was tun im Notfall?**“ (22 Seiten) mit einer Darstellung der Herzinfarkt-Alarmzeichen und Erläuterungen zur Wiederbelebung für Laien bietet die Herzstiftung kostenfrei unter Tel. 069 955128400 oder per E-Mail unter bestellung@herzstiftung.de an.

Download von druckfähigem Bildmaterial unter:

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/notfall-ratgeber-28-2016.jpg

www.herzstiftung.de/presse/bildmaterial/herzinfarkt-alarmzeichen.jpg