

## Entgleisung der Herzschwäche: So können Betroffene sich schützen

*Schutz vor Grippe und Covid-19 ist für Herzpatienten besonders wichtig. Viele Klinikeinweisungen lassen sich verhindern*

Eine deutliche Gewichtszunahme, [Kurzatmigkeit](#) oder sogar Atemnot: Mit diesen Symptomen kündigt sich eine Verschlechterung der Herzschwäche ([Herzinsuffizienz](#)) an. Die Erkrankung kann einen dramatischen Verlauf nehmen bis hin zur notfallmäßigen Klinikeinweisung: Rund 465.000 Patienten werden jährlich stationär in eine Klinik aufgenommen, weil ihre Herzschwäche entgleist ist. Die Ursachen sind vielfältig, doch in vielen Fällen lässt sich ein Krankenhausaufenthalt verhindern. „Eine Herzdekompensation, also eine Entgleisung der Herzschwäche, ist häufig die Folge eines zusätzlichen Ereignisses“, betont Prof. Dr. med. Thomas Voigtländer, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der Deutschen Herzstiftung. Dies könnten Herzrhythmusstörungen, ein plötzlicher Blutdruckanstieg, aber auch Infektionskrankheiten wie Grippe oder Covid-19 sein, ergänzt der Ärztliche Direktor des Agaplesion Bethanien-Krankenhauses, Cardioangiologisches Centrum Bethanien (CCB) Frankfurt am Main. „Häufig sind auch Fehler bei der Medikamenteneinnahme Ursache für eine Verschlechterung der Krankheit“, wie der Kardiologe betont. Über die Ursachen und Therapie der Volkskrankheit Herzschwäche informiert die Deutsche Herzstiftung anlässlich der bundesweiten Herzwochen unter dem Motto „Das schwache Herz“ mit Infos für Betroffene unter [www.herzstiftung.de/herzwochen2020](http://www.herzstiftung.de/herzwochen2020)

### Warum Coronaviren das Herz angreifen

Dass sowohl Grippe- als auch Coronaviren für Herzpatienten gefährlich werden können, hat mehrere Gründe. Zum einen bleiben die Viren nicht ausschließlich in den Atemwegen, sondern breiten sich im ganzen Körper aus und können auch das Herz angreifen. Zum anderen ist die Lunge speziell bei Patienten mit Herzschwäche besonders anfällig. „Bei einer Herzschwäche kann sich aufgrund der verringerten [Pumpleistung](#) Blut in die Lungen zurückstauen“, erklärt Voigtländer. Dadurch werde das Organ anfälliger für Infektionen - auch für eine [Infektion](#) mit dem neuartigen Coronavirus SARS-CoV-2. So zeigte eine weltweite Studie, für die die Covid-19-Verläufe von mehr als 10.000 Patienten in 920 Kliniken ausgewertet wurden, dass Patienten mit Herzschwäche ein deutlich höheres Risiko für einen schweren Verlauf der Krankheit haben und wesentlich häufiger beatmet werden mussten als Patienten ohne eine Vorerkrankung des Herzens (1).

So schützen sich Herzschwäche-Patienten vor einer Entgleisung

Damit es gar nicht erst zu einer Entgleisung der Herzschwäche und damit zu einer Klinikeinweisung kommt, sollten Patienten mit Herzschwäche ihre Medikamente konsequent einnehmen und auf mögliche Warnzeichen achten. Wichtig ist beispielsweise, dass Betroffene regelmäßig ihr Gewicht kontrollieren und den Blutdruck messen, um Blutdruckkrisen zu verhindern. Da eine Covid-19-[Infektion](#) bei Herzkranken zu schweren Verläufen führen kann, kommt der Gripeschutzimpfung in der Zeit der Pandemie eine noch größere Bedeutung zu als zuvor. Dies gilt insbesondere für Risikogruppen. „Wir empfehlen Patienten mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen dringend, sich gegen Grippe und [Pneumokokken](#) impfen zu lassen“, ergänzt Voigtländer. Zum Schutz vor einer Infektion mit dem Coronavirus gelten zudem, wie für die gesunden Menschen, die sogenannten AHA+L-Empfehlungen:

- Abstand halten: Wo es möglich ist, wird ein Mindestabstand von 1,50 Meter zu anderen Menschen

empfohlen.

- Hygieneregeln beachten: Hierzu zählt vor allem gründliches Händewaschen, aber auch Niesen und Husten in die Armbeuge.
- Alltagsmasken tragen: Diese Empfehlung gilt überall dort, wo man nicht ausreichend Abstand halten kann, zum Beispiel in öffentlichen Verkehrsmitteln und Gebäuden.
- Lüften: Regelmäßiges Lüften kann als zusätzliche Maßnahme die Virusbelastung in Innenräumen verringern.

(1) Karagiannidis C et al., Lancet Respir Med 2020; 8: 853-62. Case characteristics, resource use, and outcomes of 10021 patients with COVID-19 admitted to 920 German hospitals: an observational study. [https://doi.org/10.1016/S2213-2600\(20\)30316-7](https://doi.org/10.1016/S2213-2600(20)30316-7)

Die gesamte Herzwochen-Pressemappe (2020) mit kostenfreiem Bildmaterial finden Sie unter: [www.herzstiftung.de/herzwochen2020-pressemappe](http://www.herzstiftung.de/herzwochen2020-pressemappe)

Tipp: Der Ratgeber „Das schwache Herz“ (180 S.) kann kostenfrei per Tel. unter 069 955128-400 (E-Mail: [bestellung@herzstiftung.de](mailto:bestellung@herzstiftung.de)) angefordert werden. Leicht verständlich informieren Herzexperten über Ursachen, Vorbeugung sowie über aktuelle Diagnose- und Behandlungsmöglichkeiten der Herzschwäche. Weitere Infos unter [www.herzstiftung.de/herzwochen2020](http://www.herzstiftung.de/herzwochen2020) und [www.herzstiftung.de/herzschwaeche-therapie](http://www.herzstiftung.de/herzschwaeche-therapie)

Die Herzwochen stehen unter dem Motto „Das schwache Herz“ und richten sich an Patienten, Angehörige, Ärzte und alle, die sich für das Thema Herzschwäche interessieren. An der Aufklärungskampagne beteiligen sich Kliniken, niedergelassene Kardiologen, Krankenkassen und Betriebe. Infos zu Online-Vorträgen, Telefonaktionen und Ratgeber-Angeboten sind unter [www.herzstiftung.de/herzwochen2020](http://www.herzstiftung.de/herzwochen2020) abrufbar oder per Tel. 069 955128-333 zu erfragen.