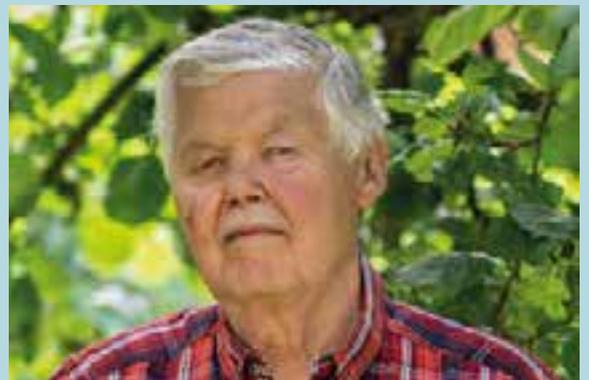


Stärke Dein Herz!

Herzschwäche erkennen
und behandeln



IMPRESSUM

Stärke Dein Herz! Herzschwäche erkennen und behandeln
Broschüre anlässlich der Herzwochen 2024

HERAUSGEBER

Deutsche Herzstiftung e.V.
Bockenheimer Landstraße 94–96
60323 Frankfurt am Main
Telefon 069 955128-0
www.herzstiftung.de
info@herzstiftung.de

KONZEPTION UND REDAKTION

Professor Dr. Thomas Meinertz, Chefredakteur
Claudia Eberhard-Metzger, Stellvertretende Chefredakteurin
Joachim Mohr

GESTALTUNG

Ramona Unguranowitsch, Berlin

PRODUKTIONSLEITUNG

Ria Kress

DRUCK

B&K Offsetdruck GmbH, Ottersweier

HELFE SIE UNS, DAMIT WIR HELFEN KÖNNEN!

Mit Ihrer Spende unterstützen Sie die Arbeit der Deutschen Herzstiftung und fördern die Bereiche patientennahe Forschungsförderung, Information, Aufklärung und Prävention sowie das Engagement für Kinder und junge Erwachsene mit angeborenem Herzfehler.

Kennwort Herz

Frankfurter Volksbank eG
IBAN DE97 5019 0000 0000 1010 10
BIC FFVBDEFF

Kontakt: spenden@herzstiftung.de

Siehe auch:

www.herzstiftung.de/spenden

Die in dieser Broschüre genannten Daten und Fakten sind von der Redaktion sorgfältig überprüft worden. Sollten sich dennoch Fehler eingeschlichen haben, bitten wir diese zu entschuldigen. Die Broschüre verfolgt das Ziel, verständlich über die Krankheit Herzschwäche und ihre Folgen aufzuklären. Unverzichtbar bleibt die qualifizierte ärztliche Beratung. Aus Gründen der Verständlichkeit und der besseren Lesbarkeit wird in den Texten zumeist das generische Maskulinum als geschlechtsneutrale grammatische Form verwendet. Diese Form impliziert immer alle Geschlechter.

BR15 – Stand: November 2024



Stärke Dein Herz!
Herzschwäche erkennen
und behandeln

Liebe Leserinnen und Leser,

die Herzschwäche ist das Endstadium zahlreicher Herzkrankheiten. In den vergangenen Jahrzehnten haben sich Diagnostik und Therapie der meisten Herzleiden allerdings durchgreifend verbessert. Als Folge werden Herzpatienten immer älter. Die chronische Herzschwäche (Herzinsuffizienz) ist deshalb überwiegend ein Krankheitsbild der über 60-Jährigen. Ältere Patienten haben neben einer Herzschwäche meistens zusätzliche Krankheiten, häufig ver-harmlosend Begleitkrankheiten genannt.

In dieser Broschüre werden wichtige und neue Aspekte der Herzschwäche besprochen. Dabei stehen die Betreuung der Patienten und die therapeutischen Möglichkeiten im Vordergrund. Es ist erstaunlich, wie sich die Behandlungsoptionen in den vergangenen Jahren geändert und verbessert haben.

Wichtig zu wissen ist:

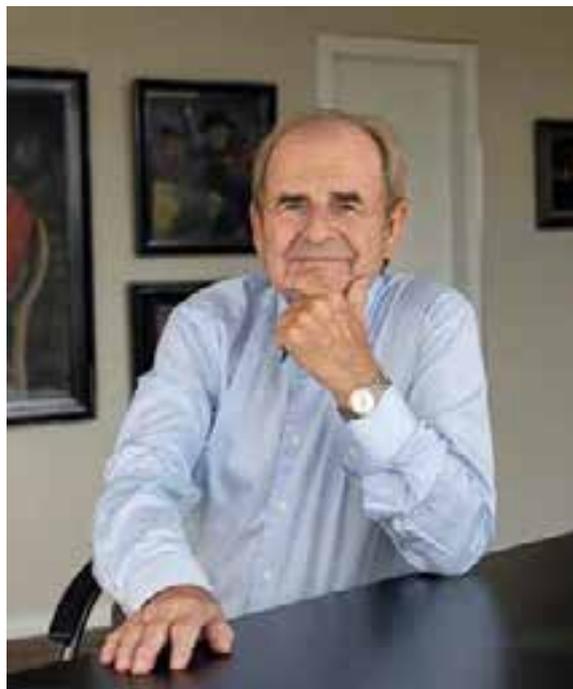
- Die nach wie vor beste Therapie einer Herzinsuffizienz ist es, die zugrunde liegenden Krankheiten zu behandeln. Dadurch können eventuell die Ursachen einer Herzschwäche beseitigt werden.

- Herzrhythmusstörungen wie zum Beispiel Vorhofflimmern wurden lange Zeit als unvermeidliche Begleiterscheinung der Herzinsuffizienz angesehen. Heute weiß die Kardiologie, dass, wenn bei Patienten der Sinusrhythmus wiederhergestellt wird, das Herz also wieder normal schlägt, sich die Pumpkraft des Herzens erholen kann und sich die Prognose für die Patienten deutlich verbessert.

- Leider wird die Behandlung von Begleiterkrankungen häufig noch vernachlässigt, da diese nicht primär das Fachgebiet der Kardiologie betreffen. Zu einer guten Therapie der Herzinsuffizienz gehört also auch, Spezialisten aus anderen medizinischen Gebieten einzubinden, etwa Experten für Stoffwechsel- und Nierenkrankheiten.

- Enorm verbessert hat sich die medikamentöse Therapie der systolischen Herzinsuffizienz, bei der der Herzmuskel nicht mehr genug Kraft hat, um optimal zu pumpen. Heute gibt es klare Vorgaben, wie eine effektive Therapie zu gestalten ist.

- Eine planvolle Bewegungstherapie ist ein wichtiger Baustein der nicht medikamentösen Behandlung geworden. Sich bei einer Herzschwäche vor allem zu schonen, das galt früher und wurde in vielen Studien widerlegt.



- Es gibt neue Konzepte, um Patienten mit Herzschwäche ambulant zu betreuen, zu überwachen und zu begleiten, teilweise geschieht dies per Telemedizin. Dadurch kann die Lebensqualität der Patienten verbessert und die Häufigkeit stationärer Aufnahmen in Kliniken vermindert werden.

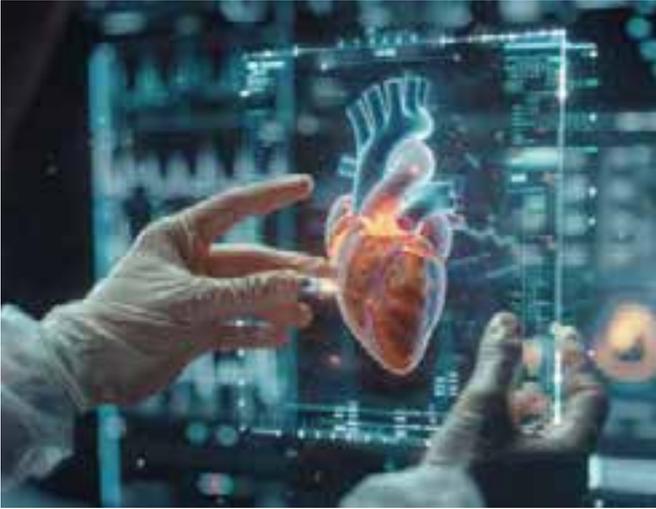
- Als problematisch hat sich aufgrund des Mangels von Spenderorganen lange der Auswahlprozess für Herztransplantationen und Herzunterstützungssysteme erwiesen. Hierfür gelten heute akzeptierte Kriterien, an die sich die Ärzte halten müssen.

Bei der Herzinsuffizienz ist es nicht anders als bei den zugrunde liegenden Erkrankungen: Vorbeugen ist effektiver als jede noch so gute Therapie! Entscheidend ist es deshalb, einen gesunden Lebensstil zu pflegen und, wenn nötig, zuverlässig seine Medikamente zu nehmen und den Ratschlägen der Ärzte zu folgen. Gerade auch für Patienten, bei denen sich erst leichte Symptome einer Herzschwäche zeigen, ist Vorbeugen entscheidend.

Alles Gute für Ihre Gesundheit, Ihr

Professor Dr. Thomas Meinertz
Chefredakteur

INHALT



Was ereignet sich bei einer Herzschwäche?

20



Die modernen Methoden der Telemedizin

120



Es gibt viele Möglichkeiten der Therapie

54



Frauen sind in anderer Weise als Männer betroffen

28



Ein gesunder Lebensstil hilft

102

PROLOG

Meldenswert	6
Das schwache Herz: aktuelle Nachrichten	
Überblick Herzinsuffizienz	10
Die wichtigsten Fragen und Antworten	

WISSEN

Medizinische Grundlagen

Die kraftlose Pumpe	20
Was das Herz angreift	
Der Unterschied der Geschlechter	28
Was bei Frauen anders ist	

BEHANDELN

Dem Patienten helfen

Die Suche nach der Ursache	38
Der bisweilen schwierige Diagnoseweg	
Störende Begleiter	44
Zusätzliche Krankheiten beachten	
Die Sterblichkeit sinkt	48
Die Gefahr eines plötzlichen Herztods	
Was die Medizin tun kann	54
Die vielfältigen Möglichkeiten der heutigen Therapien	
Nützliche Medikamente	60
Oft müssen mehrere Arzneimittel zusammenwirken	
Risiko Vorhofflimmern	68
Die Ablation setzt sich durch	
Schrittmacher und Defibrillatoren	74
Implantierte Helfer für ein besseres und sicheres Leben	

Transplantation und Unterstützungssysteme	86
Das Herz ersetzen oder ihm helfen	

Neue Wege der Forschung	92
Wie in Zukunft behandelt wird	

LEBEN

Mit der Krankheit umgehen

Die Heilkraft eines gesunden Lebens	102
Was Patienten selbst tun können	

Ambulant optimal versorgt	112
Wie medizinische Netzwerke den Patienten helfen	

Die Revolution der Telemedizin	120
Überwachung per Datenleitung kann Leben retten	

In die Klinik – muss das sein?	126
Viele Krankenhausaufenthalte ließen sich vermeiden	

Gemeinsam aktiv	132
Herzinsuffizienz-Sportgruppen können enorm helfen	

Ängste und Depressionen	138
Was Patienten aufbaut, wenn die Psyche verrücktspielt	

EPILOG

Stimmt das – oder nicht?	146
Wahrheiten zur Herzschwäche	

Zu guter Letzt	150
Was wäre die Kardiologie ohne den Roten Fingerhut	

Deutsche
Herzstiftung

