Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 82 (2004)
Heft: 9

Artikel: Wenn unsere Blutpumpe ins Stottern gerät
Autor: Stettler, Susanne
DOI: https://doi.org/10.5169/seals-724911

Nutzungsbedingungen
Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation
L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Wenn unsere Blutpumpe ins Stottern gerät

Herzinsuffizienz wird zu einem immer grösseren Problem – vor allem bei älteren Menschen. Vorbeugung und eine rechtzeitige Diagnose sind deshalb wichtig.

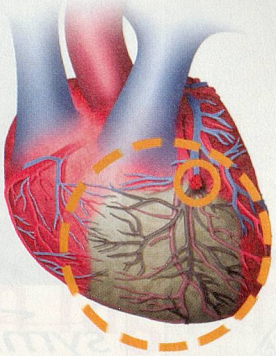
VON SUSANNE STETTLER

Jede Minute pumpt unser Herz fünf bis sechs Liter Blut ins Gefässsystem. Das macht zwischen 7200 und 8600 Liter täglich. Würde es sich um Benzin handeln, könnte ein Auto damit ungefähr 80000 Kilometer fahren – zweimal um den gesamten Erdball!

Dieser spielerische Vergleich macht deutlich, welch unglaubliche Leistung das Herz vollbringt. Und man ahnt, dass grosse Probleme entstehen, wenn dieser Muskel nicht mehr stark genug ist. Herzschwäche heisst dieses Leiden, in der Fachsprache Herzinsuffizienz genannt. Nicht weniger als 22 Millionen Menschen leiden daran. In der Schweiz sind es rund 150000 – und Jahr für Jahr kommen 18000 Neuerkrankungen dazu. «Herzinsuffizienz ist die am schnellsten zunehmende Herz-Kreislauf-Erkrankung», sagt Prof. Dr. med. Peter Buser, Herzspezialist am Universitätsspital Basel und Präsident der Schweizerischen Gesellschaft für Kardiologie. Experten schätzen, dass sich bei uns die Zahl der Herzinsuffizienz-Patienten in den nächsten zwanzig Jahren verdoppeln wird. Dies hat die Schweizerische Herzstiftung dazu bewogen, ein Aufklärungsprogramm zur Herzinsuffizienz zu lancieren.

Längeres Leben bringt mehr Risiko

Besonders häufig betroffen sind Rentnerinnen und Rentner. Professor Peter Buser, der am Aufklärungsprogramm mitarbeitet, erklärt, weshalb das so ist: «Herzinsuffizienz hat sich zur Alterskrankheit entwickelt, weil die Menschen älter werden und somit ihre Herzschwäche erleben. Vor einigen Jahrzehnten ist man an anderen Herzkrankheiten einfach jünger gestorben.» Zum Beispiel überstehen heute die meisten Patienten einen Herzinfarkt, ihr Herz wird jedoch geschädigt, bleibt geschwächt, und diese Pumpschwäche nimmt über die Jahre weiter zu. Oder aber die Betroffenen leiden seit langem an Bluthochdruck, der sich ebenfalls nachteilig aufs Herz auswirkt.



Verstopft ein Blutgerinnsel (Thrombus) ein Herzkranzgefäss, kommt es zum Infarkt. Die nicht mehr durchbluteten Herzmuskelzellen sterben ab. Je schneller die Durchblutung wieder hergestellt wird, desto weniger Zellen werden geschädigt und desto kleiner ist der Schaden.

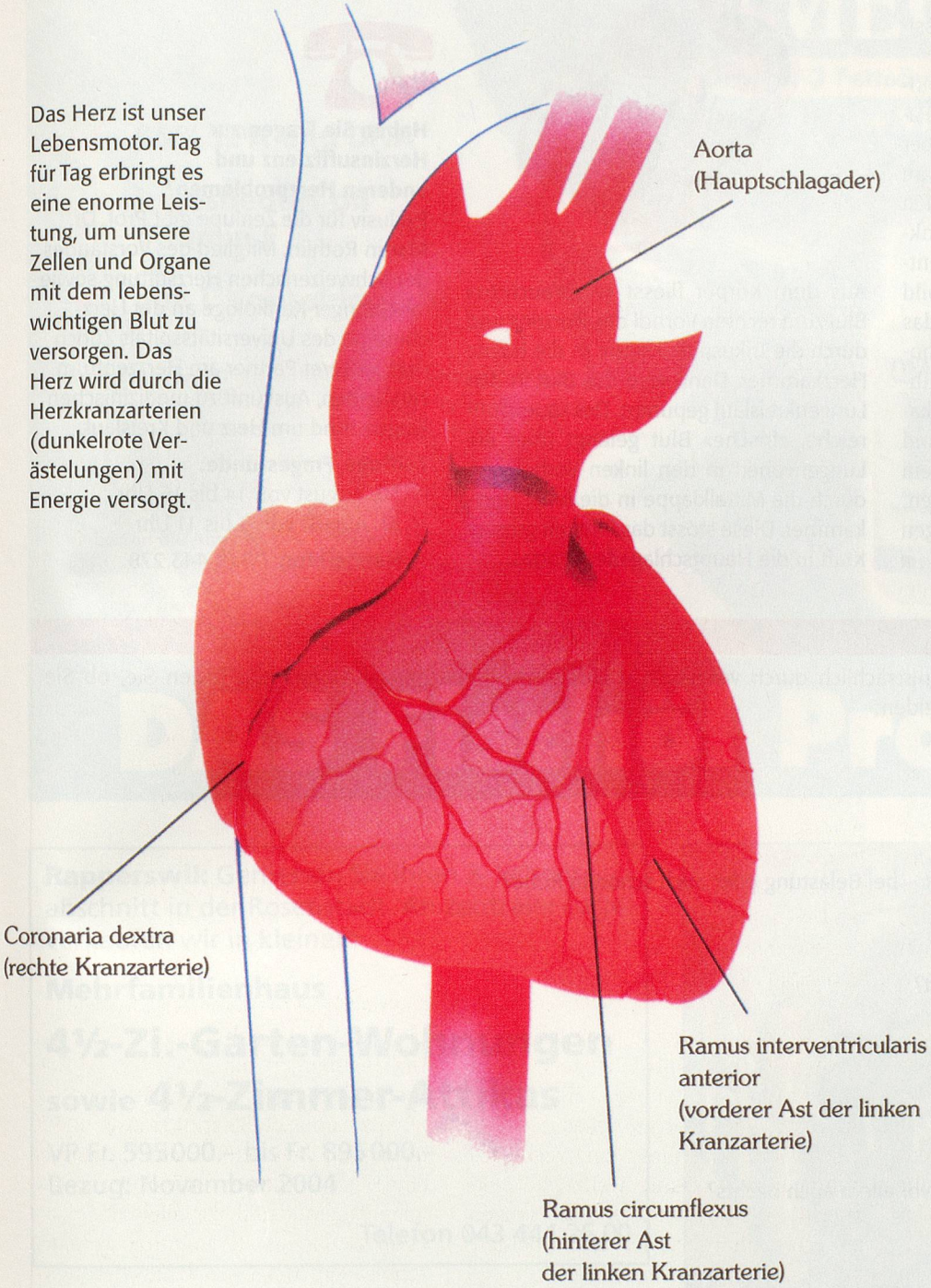
Wo immer die Ursache liegt, ob die Pumpleistung vermindert ist oder die Dehnbarkeit des Herzmuskels, das Resultat ist dasselbe: Das Herz kann nicht genügend Blut ins Gefässsystem pumpen, der Körper bekommt zu wenig Sauerstoff. Das hat katastrophale Folgen: Die Lebensqualität ist durch Kurzatmigkeit, Müdigkeit oder Wassereinlagerungen (Ödeme) stark eingeschränkt. Ebenso die Lebenserwartung. «Die Hälfte aller Herzinsuffizienz-Patienten stirbt innert fünf Jahren nach der Diagnose», sagt Peter Buser. «Das ist eine ähnlich hohe Sterberate wie bei Blasen- oder Prostatakrebs.» Manchmal führt Herzinsuffizienz sogar schneller zum Tod als eine Krebserkrankung!

Die richtigen Medikamente helfen

Eine klassische Krankengeschichte hat Urs Hersperger aus Basel hinter sich. Jahrzehntelang rauchte er Pfeife und war übergewichtig. 1988 erlitt er zwei Infarkte, worauf sich beim heute 76-Jährigen eine Herzinsuffizienz entwickelte. Nächtliche Atemnot und vor allem Probleme beim Gehen machten ihm das Leben schwer. «Im Mai dieses Jahres bekam ich

INFORMATIONEN, DIE ZU HERZEN GEHEN

Mit der Lancierung des Aufklärungsprogrammes Herzinsuffizienz will die Schweizerische Herzstiftung durch fundierte Information einen Beitrag zur Prävention und Früherkennung der Herzinsuffizienz leisten. Patienten und Betroffenen will sie helfen, mehr Kompetenz im Umgang mit der Erkrankung zu erlangen. Dadurch verbessert sich ihre Lebensqualität, und notfallmässige Spitaleinweisungen, die bei der Herzinsuffizienz häufig sind, können vermindert werden. Dazu stellt die Schweizerische Herzstiftung Herzinsuffizienz-Patienten ein kostenloses Schulungsset «Stark für ein schwaches Herz» zur Verfügung, das Betroffene und Interessierte bei ihrem Arzt verlangen können. Das Set enthält eine ausführliche Patientenbroschüre, ein Herztagebuch, Ernährungsempfehlungen und einen Medikamentenpass.



BILDER: SCHWEIZERISCHE HERZSTIFTUNG/GUIDANT AG

wieder eine Herzattacke», erzählt der ehemalige Buchhalter. «Im Spital nahm ich zwölf Kilo ab.» Jetzt fühlt sich Urs Hersperger viel besser – auch dank der Herzmedikamente und der Tabletten gegen die lästigen Wassereinlagerungen.

Die Symptome sind zu wenig bekannt

Das grosse Problem ist, dass die Herzschwäche häufig gar nicht oder dann erst spät erkannt wird, vor allem bei älteren Personen. Dies vielleicht auch deswegen, weil nur drei Prozent der Menschen die Symptome der Herzinsuffizienz kennen. Beim Herzinfarkt sind dies immerhin 31 Prozent und beim Schlaganfall sogar 51 Prozent.

«Man nimmt die Herzinsuffizienz zu wenig als schwere Krankheit wahr», sagt Professor Peter Buser. Dabei handelt es sich nun wirklich nicht um eine Bagatelle: Die Betroffenen müssen immer wieder ins Spital eingewiesen werden. Das kostet laut dem Kardiologen viel Geld: «Die jährlichen Ausgaben belaufen sich auf 650 Millionen Franken. Und in den nächsten zwanzig Jahren wird die steigende Zahl von Herzsinsuffizienz-Fällen

GRÜNDE UND SYMPTOME

Die Risikofaktoren:

Folgende Faktoren fördern die koronare Herzkrankheit (Infarkt) und eine Herzinsuffizienz:

- Bluthochdruck
- Erhöhte Blutfettwerte (Cholesterin)
- Diabetes (Zuckerkrankheit)
- Rauchen
- Fehlernährung, Übergewicht
- Bewegungsmangel

Die Ursachen:

- Koronare Herzkrankheit (Infarkt): 60 bis 70 %
- Bluthochdruck: 20 bis 30 %
- Angeborene oder entzündliche Herzmuskelkrankheiten: 5 bis 10 %
- Herzklappenfehler: 3 bis 10 %
- Angeborene Herzfehler: 1 bis 2 %

Die Auswirkungen:

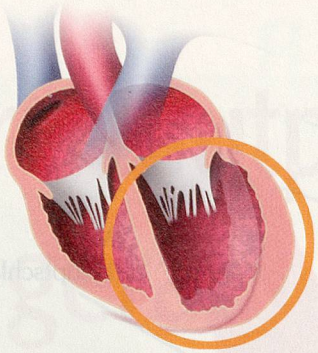
- Viele Betroffene haben eine eingeschränkte Lebensqualität und führen ein Leben auf Sparflamme. Selbst geringe Alltagsbelastungen sind anstrengend und müssen gemieden werden.
- Viele Patienten bewegen sich daher zu wenig, gehen selten aus dem Haus, vereinsamen, leiden an depressiven Verstimmungen und dem Gefühl, dem Leben nicht gewachsen zu sein.
- Die Lebensqualität ist bei der Herzinsuffizienz stärker eingeschränkt als bei anderen schweren chronischen Erkrankungen wie zum Beispiel der chronischen Arthritis.

KONTAKTADRESSE

Infos zur Herzinsuffizienz gibts kostenlos bei der Schweizerischen Herzstiftung, Schwarztorstrasse 18, 3000 Bern 14,
Tel. 0900 553 114 (Bestelltelefon, CHF 1.50/Min.),
Fax 031 388 80 88,
Mail docu@swissheart.ch,
Internet www.swissheart.ch,
Herztelefon 0848 443 278
(Mittwoch von 17 bis 19 Uhr)

das Gesundheitssystem noch viel massiver belasten.»

Im Anfangsstadium ist die Herzinsuffizienz bis heute nicht zu erkennen – Patienten mit erhöhtem Risiko können aber identifiziert werden. Forscher arbeiten an der Entwicklung von Frühtests. Nach einem gewissen Fortschreiten der Krankheit kann der Kardiologe sie schon entdecken, wenn sie auf dem Röntgenbild noch unsichtbar ist. Er benutzt dazu das Ultraschallgerät, die so genannte Echokardiographie. Erfolgt die Diagnose frühzeitig und wird die Erkrankung medikamentös behandelt, sinken Sterberate und Spitaleinweisungen deutlich. Zudem steigt die Lebensqualität der Betroffenen. Aber auch hier gilt natürlich: Vorbeugen ist besser als therapieren. ■



Aus dem Körper fliesst «verbrauchtes» Blut zum rechten Vorhof des Herzens und durch die Trikuspidalklappe in die rechte Herzkammer. Dann wird das Blut in den Lungenkreislauf gepumpt. Das sauerstoffreiche, «frische» Blut gelangt über die Lungenvenen in den linken Vorhof und durch die Mitralklappe in die linke Herzkammer. Diese stösst das Blut mit grosser Kraft in die Hauptschlagader (Aorta).

Haben Sie Fragen zur Herzinsuffizienz und anderen Herzproblemen?

Exklusiv für die Zeitlupe gibt Prof. Dr. Martin Rothlin, Mitglied des Vorstandes der Schweizerischen Herzstiftung sowie langjähriger Kardiologe an der Herzchirurgie des Universitätsspitals Zürich und späterer Partner am Herzzentrum Hirslanden, Auskunft zu medizinischen Fragen rund um Herz und Kreislauf.

Zeitlupe-Fragestunde:

- 30. August von 14 bis 16 Uhr
- 31. August von 9 bis 11 Uhr
- **Herztelefon:** 0848 443 278

SELBSTTEST

Die Herzinsuffizienz macht sich hauptsächlich durch verminderte körperliche Belastbarkeit bemerkbar. Testen Sie, ob Sie eventuell an einer Herzinsuffizienz leiden:

1. Ermüden Sie rasch?

❑ Ja ❑ Nein

2. Befällt Sie immer wieder Atemnot – bei Belastung oder auch schon in Ruhe?

❑ Ja ❑ Nein

3. Erwachen Sie nachts mit Atemnot?

❑ Ja ❑ Nein

4. Sind Ihre Lippen blau verfärbt?

❑ Ja ❑ Nein

5. Müssen Sie häufig Wasser lösen, vor allem auch nachts?

❑ Ja ❑ Nein

6. Beträgt Ihr Puls in Ruhe mehr als 100 Schläge pro Minute?

❑ Ja ❑ Nein

7. Ist Ihnen angenehmes Schlafen nur in halb sitzender Position möglich – eventuell mit vielen Kissen?

❑ Ja ❑ Nein

8. Haben Sie Wasser in den Beinen und/oder haben Sie zugenommen?

❑ Ja ❑ Nein

Auswertung:

Wenn Sie drei oder mehr Fragen mit «Ja» beantwortet haben, sollten Sie Ihren Arzt aufsuchen und ihn auf das Thema Herzinsuffizienz ansprechen.

Quelle: Arbeitsgruppe Herzinsuffizienz der Schweizerischen Gesellschaft für Kardiologie