

„Volkskrankheit Nummer eins“

REFERAT Dr. Jürgen Wilhelm spricht in der Herzwoche bei Krankenhausvorträgen

ALSFELD (red). Im Rahmen der Herzwochen, die unter dem Thema „Das schwache Herz“ stehen, hielt Dr. Jürgen Wilhelm einen Vortrag im Kreiskrankenhaus Alsfeld. Diese Vortragsreihe wird vom Förderverein des Kreiskrankenhauses organisiert und so begrüßte Dr. Erich Heinz, stellvertretender Vorsitzender, den Referenten und die Gäste.

Das Thema „Herz“ zieht immer. Insbesondere, wenn ein erfahrener Arzt einen Vortrag hält. So kamen rund 80 Interessierte, um sich über den aktuellen Stand zu informieren. Einige kamen extra wegen Dr. Wilhelm und haben ihn schon öfters gehört. Andere kommen regelmäßig zu den Vorträgen im Kreiskrankenhaus, die an jedem ersten Dienstag im Monat stattfinden. Dr. Wilhelm widmete sich dem Thema in seinem Vortrag, der medizinisches Wissen in verständlicher Art und Weise an Jedermann brachte.

Innerhalb eines Jahres erkranken Männer über 75 Jahren zu 24 Prozent und Frauen zu 16 Prozent an einer Herzschwäche. Damit sei die Herzerkrankung

neben der Diabetes und der arteriellen Verschlusskrankheit „Volkskrankheit Nummer Eins“. Es kommt geschätzt zu zwei bis drei Millionen Erkrankungen, 450 000 stationären Behandlungen und 45 000 Todesfällen pro Jahr.

In der Medizin wird laut Dr. Wilhelm von chronischer Herzschwäche gesprochen, wenn das Herz nicht mehr in der Lage ist, den Körper mit Blut zu versorgen. Diese beginne schleichend und unbemerkt mit Atemnot, beispielsweise beim Treppensteigen, Schwellungen am Unterschenkel oder vermehrter Müdigkeit. Die Herzschwäche sei das Endstadium vieler Erkrankungen wie hoher Blutdruck oder Zuckererkrankung. Aber auch Herzklappenfehler, angeborene Herzfehler, **Herzmuskelerkrankungen** oder Folge von Alkohol- oder Nikotingenuss oder Medikamenteneinnahme könnten zu der Erkrankung führen.

Die häufigsten **Begleiterkrankungen** bei Herzschwäche sind Erkrankungen der Lungen, der Nieren oder Blutarmut. „Wichtig ist es, den Blutdruck in einer ge-

sunden Höhe zu stabilisieren“, erklärte Wilhelm. Hilfreich dabei sei eine Reduzierung des Gewichts, eine gesunde, mediterrane Ernährung mit moderater Salzaufnahme und etwa zwei Liter täglicher **Flüssigkeitsaufnahme**, Verzicht auf Alkohol und Nikotin sowie die richtige Medikamentengabe. Aber zum Abschluss gab es noch eine gute Nachricht: Wer ohne Atemprobleme zwei Stockwerke Treppensteigen kann, braucht auf Flugreisen und Sex nicht zu verzichten.

Dr. Wilhelm rät dringend zu einer frühzeitigen Behandlung, aber auch zur Selbstdisziplin: „Verlassen Sie sich nicht auf die Medizin als Reparaturbetrieb, sondern spielen Sie selbst eine aktive Rolle“. Zum Abschluss hatten die Zuhörer noch die Möglichkeit, Fragen zu stellen. Davon wurde auch rege Gebrauch gemacht.

Der nächste Vortrag findet am Dienstag, 5. Dezember, statt. Dann referiert Dr. Mostafa Beizai über das Thema „ Bandscheibenvorfall: OP muss nicht immer sein!“