

Herzinsuffizienz aus Sicht des Patienten

Katharina Strohmayer und Deddo Mörtl

Das Wichtigste auf einen Blick

Herzinsuffizienz ist ein Zustand, bei dem das Herz nicht mehr in der Lage ist, den Körper ausreichend mit Blut und damit Sauerstoff und Nährstoffen zu versorgen. Dies verursacht zahlreichen Beschwerden wie Atemnot, Schwindel und Konzentrationsstörungen. Dadurch dass das Herz seine Pumpfunktion nicht mehr erfüllen kann, kommt es zum Rückstau von Blut vor dem Herz, was zu Wasseransammlungen v.a. in den Beinen, aber auch im gesamten Körper führen kann. Die Beschwerden sind aber nicht das einzige Problem. Die Herzinsuffizienz ist mit einer hohen Spitalsaufnahmerate und einer hohen Sterberate verbunden.

Neue Erkenntnisse und Aktuelles

Diagnostiziert wird die Herzinsuffizienz mit einfachen Methoden wie der Befragung und Untersuchung des Patienten durch den Arzt, einer Blutabnahme und einem Herzultraschall. Wenn ein bestimmter Blutwert - nämlich das natriuretische Peptid - normal ist, kann man eine Herzinsuffizienz ausschließen.

Ein gute Herzinsuffizienztherapie kann die schlechte Prognose deutlich verbessern. Die auf Medikamenten basierende Therapie kann die verbleibende Lebenszeit vervierfachen. Ein Problem jedoch ist, dass die Herzschwäche oft erst sehr spät erkannt wird, meist erst dann, wenn bereits eine akute Spitalsaufnahme notwendig wird. Ein anderes Problem ist, dass die Patienten nicht die Therapie bekommen, die ihnen zusteht, und damit wertvolle Lebensqualität und Lebenszeit verloren geht.

Das können Sie selbst tun

Hören Sie auf Ihren Körper. Bemerken Sie Beschwerden wie Atemnot bei Belastung (Stiegen steigen) oder bereits im Liegen, Schwellungen an den Beinen, Gewichtszunahme ohne ersichtlichen Grund oder starke Müdigkeit bei sich oder ihren Angehörigen, dann sollte ein Arzt aufgesucht werden. Mit Hilfe einer einfachen Blutabnahme (NT-proBNP) kann eine Herzinsuffizienz ausgeschlossen werden. Falls das NT-proBNP erhöht ist, ist ein Herzultraschall nötig.

Besteht bei Ihnen bereits eine Herzschwäche, so ist die regelmäßige vorgeschriebene Medikamenteneinnahme enorm wichtig. Körperliche Aktivität, tägliche Kontrolle von Gewicht, Blutdruck und Puls, und gesunde Ernährung sind ebenfalls wichtige Eckpfeiler Ihrer Therapie.

Weitere Informationen erhalten Sie unter: https://www.heartfailurematters.org/de_DE