

## Wenn das Herz rasch Hilfe braucht: Welche Maßnahmen bei einem Herzinfarkt wichtig sind

Dr. Anna Rab

### Das Wichtigste auf einen Blick

Jede Sekunde zählt! Erleidet man einen Herzinfarkt muss rasch ein Krankenhaus aufgesucht werden, um durch eine Herzkranzgefäßuntersuchung das meist verschlossene Gefäß wiederzueröffnen. Geschieht dies nicht oder verspätet, sterben Herzmuskelzellen ab. Im schlechtesten Fall kommt es zur Ausbildung einer Herzschwäche.

### Neue Erkenntnisse und Aktuelles

Ein Herzinfarkt kündigt sich bei Frauen und Männer unterschiedlich an! Während Männer den typischen Angina pectoris Schmerz verspüren d.h. Druck und Brennen hinter dem Brustbein, mit oder ohne Ausstrahlung in Kiefer und Arme, leiden Frauen hauptsächlich an Übelkeit und Erbrechen. Der alte Patient und Patienten mit Diabetes mellitus können auch nur Atemnot empfinden.

### Das können Sie selbst tun

Wichtig ist die eigenen Risikofaktoren zu kennen und diese nach den neusten Empfehlungen zu therapieren. Sehr wichtig ist auch regelmäßige Bewegung. Zu den wichtigsten Risikofaktoren zählen: Bluthochdruck, erhöhtes Cholesterin, Diabetes mellitus, Übergewicht, Stress, Rauchen.

Ist eine Herzkranzgefäßverkalkung bekannt oder hat man bereits einen Herzinfarkt erlitten so sind regelmäßige Kontrolle beim Hausarzt und 1-2 Mal jährliche Kontrollen beim Facharzt empfohlen.