



BERGMANNSHEILKOMPAKT

Ihre Gesundheit im Fokus

02 | 2014
SCHWERPUNKTTHEMA:
HERZINFARKT

Herzinfarkt – immer ein Notfall

Bei typischen Anzeichen ohne Zögern Notruf 112 wählen

Der Herzinfarkt ist immer ein Notfall. Jede Minute zählt. Deshalb sind sich die Experten einig: Bei Verdacht auf Herzinfarkt sofort den Notruf 112 wählen und nicht abwarten, bis etwa die Nacht oder das Wochenende vorbei ist – denn dann kann es unter Umständen für lebensrettende Maßnahmen zu spät sein. Zum Glück ist das dem 59-jährigen Angestellten Martin Heinrichs nicht passiert - obwohl auch in diesem Fall erst nach einigem Abwarten und Zögern der Notarzt gerufen wurde, der noch im Rettungswagen einen akuten Herzinfarkt diagnostizierte.*

Es begann mit typischen Anzeichen für einen Herzinfarkt: Heinrichs spürte plötzlich einen Druck hinter dem Brustbein; ihm wurde schlecht. Das Ganze dauerte etwa 15 bis 20 Minuten, dann ging es dem Mann wieder besser und er legte sich hin, um zu entspannen. Nach einer Stunde kamen die Beschwerden wieder – und stärker als zuvor. Jetzt handelte seine Frau und rief über 112 Notarzt und Rettungs-

dienst. „Herr Heinrichs bzw. seine Frau riefen rechtzeitig den Notarzt“, bilanziert nach erfolgreicher Behandlung Professor Dr. Andreas Mügge, Direktor der Klinik für Kardiologie und Angiologie des Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikums Bergmannsheil Bochum. Denn noch im Rettungswagen wurde ein EKG geschrieben und ein akuter Infarkt in der Vorderwand des Herzens festgestellt. Deshalb brachte

man den Patienten nicht ins nächstgelegene Krankenhaus, sondern in eine Klinik mit Herzkatheterlabor und 24-Stunden-Bereitschaft für Herznotfälle: In diesem Fall das Bergmannsheil, wo der Patient von der neuen Zentralen Notfallaufnahme in das Herzkatheterlabor gefahren wurde, wo bereits ein Herz-Team bereit stand.

(* Name geändert)

Lesen Sie weiter auf S.3 ...

3 Fragen an...



Prof. Dr.
Andreas Mügge

Direktor der Klinik für Kardiologie am Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikum Bergmannsheil

Wie verhalte ich mich richtig, wenn Brustbeschwerden auftreten?

Treten ein Enge-/Druckgefühl, ziehende Schmerzen oder ein „Brennen“ in der Brust neu auf, kann es sich um einen Herzinfarkt handeln. Dauern die Beschwerden an (mehr als 5 Minuten) und gehen sie sogar noch mit Luftnot oder Übelkeit einher, sollte über die 112 ein Notarzt gerufen werden. In einigen Kliniken in Bochum, wie z.B. im Bergmannsheil, gibt es bewährte „Diagnostikpfade“ in der Notfallaufnahme, die es den Ärzten erlauben, ein akutes Herzproblem rasch zu erkennen und auch rund um die Uhr optimal zu behandeln. Liegt ein „falscher Alarm“ vor, also kein akutes Herzproblem, kann der Patient häufig zügig wieder entlassen und die Beschwerden können dann weiter durch den Hausarzt abgeklärt werden.

Wie gefährlich ist ein Herzinfarkt?

Leider müssen wir feststellen, dass nach wie vor ca. 40 Prozent der Patienten mit einem akuten Herzinfarkt noch vor der Krankenhausaufnahme versterben. In der Klinik selbst ist die Sterblichkeit deutlich geringer, im Bergmannsheil mit der Verfügbarkeit all der modernen Techniken, dem Herz-Team und der Herzchirurgie im Hintergrund liegt die Sterblichkeit dann unter 8 Prozent. Die Haupttodesursache des akuten Herzinfarktes ist das Kammerflimmern, eine bösartige

Rhythmusstörung, die innerhalb von 8-10 Minuten unweigerlich zum Tode führt; nur ein Defibrillator (Elektroschock) kann diese Rhythmusstörung beenden. Daher muss bereits bei Verdacht auf einen Herzinfarkt eine lückenlose Überwachung gewährleistet werden. Dies können in der Regel nur ein Rettungswagen und eine Klinik leisten.

Wie geht es nach einem Herzinfarkt weiter?

Das wichtigste Ziel ist die Vermeidung eines zweiten Herzinfarktes. Zusammen mit den Herzspezialisten, aber auch dem Hausarzt, müssen die einzelnen Risikofaktoren identifiziert und dann konsequenterweise durch Umstellung von Lebens- und Ernährungsgewohnheiten sowie Medikamenteneinnahme behandelt werden. Bei Rauchern ist unbedingt ein Rauch-Stopp anzuraten. Unterstützt werden die Maßnahmen durch ein regelmäßiges körperliches Trainingsprogramm. Bleibt alles beim alten, werden ca. 20 Prozent der Patienten innerhalb von zwei Jahren einen zweiten und dann möglicherweise tödlichen Herzinfarkt erleiden. Wichtig ist außerdem die Identifizierung von Patienten, die nach einem Herzinfarkt stark in ihrer Herzpumpfunktion geschädigt sind. Die Herzspezialisten im Bergmannsheil verfügen über viele Möglichkeiten, die Herzpumpleistung wieder zu verbessern oder weiterhin durch Kammerflimmern gefährdete Patienten „abzusichern“. In Spezial-Sprechstunden stehen die Herzspezialisten Patienten, aber auch Hausärzten zur Verfügung, um mit Rat und Tat eine optimale Versorgung zu gewährleisten. In der Nachsorge arbeiten wir eng mit den niedergelassenen Kardiologen zusammen.

Herzinfarkt-Anzeichen

- Schwere, länger als 5 Minuten anhaltende Schmerzen im Brustkorb, die in Arme, Schulterblätter, Hals, Kiefer, Oberbauch ausstrahlen können
- Starkes Engegefühl, heftiger Druck, Brennen im Brustkorb, Atemnot (Zusätzlich: Übelkeit, Brechreiz, Angst)
- Schwächegefühl (auch ohne Schmerz), evtl. Bewusstlosigkeit
- Blasse, fahle Gesichtsfarbe, kalter Schweiß
- Ausgeprägte Atemnot
- Nächtliches Erwachen mit Schmerzen im Brustkorb ist ein besonderes Alarmzeichen
- Achtung: Bei Frauen sind Atemnot, Übelkeit, Schmerzen im Oberbauch, Brechreiz und Erbrechen häufiger als bei Männern alleinige Alarmzeichen.
- Wenn Brustschmerzen bei minimaler Belastung oder in Ruhe auftreten, muss genauso schnell wie beim Herzinfarkt gehandelt werden.

Quelle: Deutsche Herzstiftung / Zum Herzinfarkt-Risikotest der Deutschen Herzstiftung: www.herzstiftung.de



Die Spezialisten im Bergmannsheil

Das Bergmannsheil ist bestens ausgestattet, akute Herznotfälle optimal zu versorgen. In der neuen zentralen Notfallaufnahme stehen verschiedene Ärzte-Teams rund um die Uhr zur Verfügung, um rasch die Ursache der Gesundheitsstörung zu klären. Ein spezielles Herz-Team im Herzkatheterlabor kann jederzeit den Herzkranzgefäßverschluss beseitigen, die Blutversorgung im Herzen wieder stabilisieren und damit den Schaden am Herzmuskel minimieren. Durch die moderne Intermediate Care Station wird eine lückenlose Überwachung gewährleistet. Wenn nötig, steht die Intensivstation für beatmete Patienten zur Verfügung. Sollte der Herzmuskel noch sehr schwach sein, besteht zusammen mit der Kardiotechnik und den Herzchirurgen im Hause die Möglichkeit zu einer Herzoperation oder Anlage einer Unterstützungspumpe.



Fortsetzung von S. 1

Im Herzkatheterlabor: Gefäßverschluss wieder öffnen

Im Herzkatheterlabor soll das verschlossene Herzkranzgefäß wieder geöffnet werden. Nach örtlicher Betäubung in der rechten Leiste wird ein Katheter mit Kontrastmitteln bis in Höhe des Herzens vorgeschoben. Der Herzspezialist versucht nun mit haarfeinen Drähten und sehr gleitfähigen Ballons, die im verschlossenen Gefäßabschnitt aufgeblasen werden, das Gefäß wieder zu öffnen. In vielen Fällen –



so auch beim Patienten Heinrichs – wird der Verschluss durch Blutgerinnsel verursacht. Dieses saugt der Arzt mit einem speziellen Katheter zusätzlich ab. Nach der Wiedereröffnung ging es dem Patienten Martin Heinrichs sofort besser, der Druck in der Brust ließ nach. Doch mit dieser Maßnahme ist es nicht getan, auch wenn Blut schon wieder durch das zuvor verschlossene Gefäß fließt und unter Sauerstoffmangel leidende Herzmuskelzellen sich rasch wieder zu erholen beginnen. Der Arzt kann exakt die Stelle im Herzkranzgefäß lokalisieren, wo der Verschluss zuvor seinen Ausgang nahm. Dort ist in der Regel die Gefäßwand eingerissen. Diese Gefäßwandschädigung dichtet der Arzt mit einem Stent ab, einem Gitter aus Metall. Bei Martin Heinrichs wählte der Arzt einen medikamenten-beschichteten Stent. Professor Mügge: „Das Medikament verhindert eine Wiedereinengung im gleichen

„Das Medikament verhindert eine Wiedereinengung im gleichen Gefäßabschnitt.“

Gefäßabschnitt.“ Anschließend wurde der Patient 48 Stunden lang auf einer sogenannten Intermediate Care Station überwacht – dort sind die Bettenplätze mit einer kontinuierlichen Messung von Vitalparametern (Maßzahlen von Grundfunktionen des Körpers wie z. B. EKG, Blutdruck, Temperatur) ausgerüstet. Danach kam er auf die normale Herzstation – und konnte nach insgesamt sieben Tagen beschwerdefrei das Krankenhaus verlassen. Allerdings nicht ohne gesundheitliche Empfehlungen und Hinweise für sein weiteres Leben, die Heinrichs beherzigen will: nämlich das Rauchen einzustellen und in einer Reha-Klinik weitere Fragen wie die nach der Arbeitsfähigkeit zu klären.

Die Angina pectoris

Einengungen in den Herzkranzgefäßen (= Stenosen) verhindern den Blutfluss – der betroffene Teil des Herzmuskels wird in seiner Pumpfunktion gestört. Die (lokale) Durchblutungsstörung macht sich durch ein Eng-/Druckgefühl, begleitet von Luftnot, in der Brust bemerkbar. Diese Beschwerde wird Angina pectoris genannt. Zunächst tritt sie bei größeren Belastungen auf, über die Jahre dann auch bei leichten Tätigkeiten. Das Beschwerdebild ist sehr variabel, in 70 Prozent der Fälle wird die Angina pectoris hinter dem Brustbein verspürt, in 30 Prozent der Fälle geht sie mit ziehenden Schmerzen im linken Arm, aber auch im rechten Arm oder Rücken einher.

Die koronare Herzkrankheit

Die Stenosen in den Herzkranzgefäßen sind Folgen einer koronaren Herzkrankheit – eine chronische, über Jahre voranschreitende Entzündungsreaktion an den Herzkranzgefäßen. Die Stenosen aus Cholesterinverbindungen, Bindegewebszellen und Kalk werden auch Plaque-Ablagerungen genannt. Bei der koronaren Herzkrankheit kann jederzeit eine Plaque aufbrechen. Die Ursachen sind unbekannt und möglicherweise vielfältig, u. a. auch Stress. Das Aufbrechen des Plaques führt zur Bildung eines Blutgerinnsels. Das kann teilweise, aber auch vollständig, das Herzkranzgefäß verschließen. Die Folge: ein Herzinfarkt mit Absterben von Herzmuskelgewebe. In 40 Prozent der Fälle kommt es beim akuten Herzinfarkt zu bösartigen Herzrhythmusstörungen mit Herzkreislaufzusammenbruch, der zur Bewusstlosigkeit und dann zum Tode führt, wenn nicht unmittelbar Hilfe geleistet wird (Wiederbelebungsmaßnahmen, Elektroschock).

Die Herzkranzgefäße

Die Herzkranzgefäße versorgen den Herzmuskel mit Blut. Unter Anstrengungen (Stress, körperliche Aktivität) wird die Blutversorgung um den Faktor 3 bis 4 gesteigert, um dem vermehrten Bedarf nachzukommen. Eine Engstelle führt zu rückgängig zu machenden (reversiblen) Herzbeschwerden, ein Verschluss dagegen zum Absterben von Herzmuskelgewebe. Mit dem Absterben von Herzmuskelzellen nimmt die Pumpleistung des Herzens ab – noch schlimmer: das Nebeneinander an gesunden und absterbenden Herzmuskelzellen führt zu elektrischen Instabilitäten – jederzeit kann es zu einem Herzstillstand infolge von Kammerflimmern kommen.

5 Tipps für den Alltag: So verbessern Sie Ihre Ausdauer

01

Beim Fernsehen Fahrrad fahren

Wer abends gerne fernsieht, kann dabei dem Herzen auf einfache Weise Gutes tun: Fahrrad-Ergometer statt Couch.

Schwierigkeitsstufe: einfach

(aufs Fahrrad-Ergometer setzen und losfahren)

Erforderliche Ausrüstung: aufwändig

(Fahrad-Ergometer muss gekauft werden, lockere Kleidung, Handtuch).

Nutzen für das Herz: sehr hoch

(bei jedem Wetter kann mit Ausdauersport auf dem Fahrrad-Ergometer etwas für das Herz getan werden).

02

Plauderstündchen beim Jogging

Mit einer Herzerkrankung sollte man die Belastungsintensität – das empfehlen Herzspezialisten – so wählen, dass man zwar ins Schwitzen gerät, aber sich nebenher noch unterhalten kann.

Schwierigkeitsstufe: mittel

(Freunde müssen vom Joggen/Walken überzeugt werden, was schwierig sein kann)

Erforderliche Ausrüstung: unkompliziert

(Joggingschuhe + Sportkleidung)

Nutzen für das Herz: hoch

(regelmäßiger Ausdauersport gehört zu den besten Möglichkeiten, sich vor Herzerkrankungen zu schützen)

03

Sportlich zur Arbeit

Wenn der Arbeitsplatz nicht zu weit entfernt liegt, ist das Fahrrad eine optimale Möglichkeit, auf das Auto oder öffentliche Verkehrsmittel zu verzichten und mehr Bewegung in den Tagesablauf zu bekommen.

Schwierigkeitsstufe: einfach bis schwierig

(je nach Entfernung zum Arbeitsplatz)

Erforderliche Ausrüstung: unkompliziert

(verkehrssicheres Fahrrad, Helm, geeignete Fahrradtasche oder Fahrradkorb)

Nutzen für das Herz: hoch

(sorgt im Alltag ohne großen Aufwand für ein wertvolles Bewegungsprogramm)

04

Zu Fuß statt U-Bahn oder Bus

Wer auf öffentliche Verkehrsmittel angewiesen ist, kann eine oder auch mehrere Stationen früher aussteigen und den Rest in flottem Tempo zu Fuß gehen. Damit lässt sich zudem Stress abbauen.

Schwierigkeitsstufe: einfach

Erforderliche Ausrüstung: unkompliziert

(bequeme Schuhe sind völlig ausreichend)

Nutzen für das Herz: hoch

(einfache Möglichkeit für regelmäßige Bewegung zu sorgen)

05

Der Rolltreppe widerstehen

Wenn Sie nicht gerade schwere Koffer, Kisten oder Ähnliches zu schleppen haben, dann tun Sie Ihrem Herzen doch immer mal wieder etwas Gutes und nutzen Sie die herkömmliche Treppe.

Schwierigkeitsstufe: einfach

Erforderliche Ausrüstung: keine

Nutzen für das Herz: hoch

(unkomplizierte Möglichkeit, mehr Bewegung in den Alltag einzubauen. Es gilt die Regel: je mehr Bewegung, desto besser für das Herz.)

Quelle: Deutsche Herzstiftung

www.herzstiftung.de/ausdauer-verbessern



AUSZEICHNUNG:

Kardiologie erfolgreich beim Focus-Vergleich

Die Klinik für Kardiologie und Angiologie im Bergmannsheil zählt zu den Top-Kliniken in Deutschland. Zu diesem Ergebnis kam das Magazin Focus Gesundheit auf Basis einer unabhängigen Erhebung. Besonders gut schnitt die Klinik in der Kategorie „Medizinische Qualität“ ab, wo sie mit 82 von 100 möglichen Punkten den zweitbesten Wert erzielte.

HERZINFARKT:

Deutsche Herzstiftung e.V.

Umfangreiche Informationen zu Fragen rund um das Thema Herz-Kreislauf-Erkrankungen bietet die Patientenorganisation mit Sitz in Frankfurt. Zu ihren Hauptaufgaben gehört es, Patienten in unabhängiger Weise über aktuelle Diagnose- und Therapiemöglichkeiten von Herzkrankheiten sowie über Möglichkeiten der Vorbeugung aufzuklären. Renommierete Herzspezialisten (z. B. Chef- und Oberärzte von Universitätskliniken) sind im Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung tätig. Zu ihnen gehört Professor Dr. Andreas Mügge, Direktor der Klinik für Kardiologie und Angiologie des Berufsgenossenschaftlichen Universitätsklinikums Bergmannsheil Bochum.

www.herzstiftung.de

Zertifiziertes QM-System
DIN EN ISO 9001:2008



Zertifikat Nr. Z12486

IMPRESSUM | Herausgeber: Berufsgenossenschaftliches Universitätsklinikum Bergmannsheil GmbH, Bürkle-de-la-Camp-Platz 1, 44789 Bochum / Vi.S.d.P.: Robin Jopp / Redaktion: Andrea Conrad, Werner Conrad, Prof. Dr. Andreas Mügge, Berufsgenossenschaftliches Universitätsklinikum Bergmannsheil GmbH, Bürkle-de-la-Camp-Platz 1, 44789 Bochum, Tel.: (0234) 302 - 61 25, E-Mail: kompakt@bergmannsheil.de / Gestaltung: Judith Mertens, www.you-did.de / Bilder: Bergmannsheil, Marcus Gloger, fotolia.com / Druck: color-offset-wälter GmbH & Co. KG, Dortmund / Auflage: 65.000 Stück, Erscheinungsweise: quartalsmäßig / Die Redaktion übernimmt für unverlangt eingesandte Manuskripte und Bilder keine Verantwortung. / Die in dieser Publikation enthaltenen Informationen geben nur allgemeine Hinweise. Sie dürfen nicht zur Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden und können einen Arztbesuch nicht ersetzen.

Alle Ausgaben des BERGMANN SHEIL KOMPAKT stehen zum kostenlosen Download zur Verfügung:



www.bergmannsheil.de/journalisten/archiv-bergmannsheil-kompakt.html