



23.07.2014 – 09:00 Uhr

Viel trinken ist nicht immer gesund - Vorsicht bei schwachem Herz

Bern (ots) -

Herzschwäche ist ein häufiges Krankheitsbild und verläuft chronisch. Rund 150'000 Personen in der Schweiz sind betroffen. Für sie gilt unter anderem: Bei der Aufnahme von Salz und Flüssigkeit müssen sie zurückhaltend sein. Die Schweizerische Herzstiftung hat jetzt das Patientenkit Herzinsuffizienz überarbeitet. Es unterstützt Betroffene bei der schwierigen Aufgabe, mit der Therapie klarzukommen und die Lebensgewohnheiten anzupassen.

Sommer, Hitze, immer viel trinken - diese Regel gilt nicht für alle. Bei einer Herzschwäche, auch Herzinsuffizienz genannt, fehlt dem Herz die Kraft, ausreichend Blut in den Kreislauf zu pumpen. Als Folge der Pumpschwäche staut sich mehr und mehr Wasser im Körper. Deshalb müssen Menschen mit einer Herzinsuffizienz haushälterisch mit der Flüssigkeitsaufnahme und der Salzzufuhr umgehen. Häufig treten Beschwerden auf wie Atemnot, Erschöpfung, Wassereinlagerungen in den Beinen und Einschränkung der Leistungsfähigkeit - letzteres zunehmend auch bei geringer körperlicher Betätigung. Die Krankheit beeinträchtigt so immer mehr den Alltag. «Ein schwaches Herz braucht möglichst früh Unterstützung und Entlastung, durch Medikamente sowie eine Anpassung des Lebensstils», sagt der Genfer Kardiologe Prof. René Lerch. Dadurch verbessern sich Lebensqualität und Prognose.

Überarbeitetes Patientenkit

Die Schweizerische Herzstiftung hat das Kit für Herzinsuffizienzpatienten vollständig überarbeitet und aktualisiert. Es hilft nach der Diagnose, mit der meist chronisch verlaufenden Erkrankung umzugehen. Das Kit enthält Informationen zum Krankheitsbild, zur Behandlung und zum Leben mit der Herzschwäche sowie einen Medikamentenpass und ein Herztagebuch. «Bei einer Herzschwäche ist es wichtig, gewisse Verhaltensweisen anzupassen, täglich zu kontrollieren und Buch zu führen», sagt Christa Bächtold, Bereichsleiterin Patienten der Schweizerischen Herzstiftung. Dadurch können bedrohliche Anzeichen frühzeitig erkannt und Massnahmen ergriffen werden. Am besten geht dies mit den eigens dafür entwickelten Hilfsmitteln des Kits: Im Herztagebuch können Betroffene Gewicht, Blutdruck, Puls sowie allfällige Beschwerden notieren. Der persönliche Medikamentenpass schafft einen Überblick über die verordneten Arzneimittel und die Ernährungsempfehlungen helfen bei der Überwachung des Salz- und Flüssigkeitskonsums.

Mit zunehmendem Alter häufiger

In der Schweiz sind rund 150'000 Menschen von einer Herzinsuffizienz betroffen. Eine Herzinsuffizienz kann sich in jedem Alter entwickeln, kommt aber mit zunehmendem Alter häufiger vor. Etwa 1 Prozent der Menschen unter 65 Jahren haben eine Herzinsuffizienz, aber bei den 75- bis 84-Jährigen sind es bereits 7 Prozent und bei den über 85-Jährigen sogar 15 Prozent. Bei Patienten über 65 Jahre zählt sie zu den häufigsten Ursachen für eine meist notfallmässige Spitaleinweisung.

Link zum Online-Test Leide ich an Herzinsuffizienz?: www.swissheart.ch/herzinsuffizienz-test

Link zum Patientenkit: www.swissheart.ch/publikationen

Die Medienmitteilung und Fotos des Patienten-Kit sind unter www.swissheart.ch/medien abrufbar.

Kontakt:

Peter Ferloni, Leiter Kommunikation
Schweizerische Herzstiftung, Bern
Telefon 031 388 80 85
ferloni@swissheart.ch

Diese Meldung kann unter <https://www.presseportal.ch/de/pm/100011669/100759264> abgerufen werden.