

## Was versteht man unter einer koronaren Herzkrankheit?

Die koronare Herzkrankheit (KHK) betrifft die Arterien des Herzens (Herzkranzgefäße). Sind die Gefäße z.B. durch Gefäßablagerungen (Arteriosklerose) verengt, so wird der Herzmuskel nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt. Die Verengungen entstehen durch Fett- und Kalkablagerungen an den Innenwänden der Herzkranzgefäße (Plaques).

Durch die aus der fehlenden Sauerstoffversorgung folgende Durchblutungsstörung kann es zu Herzschmerzen ohne Infarkt oder auch Angina-Pectoris-Symptomatik, besonders unter körperlicher Belastung kommen.

Aber auch Herzrhythmusstörungen, eine Herzschwäche (Herzinsuffizienz) bis hin zum plötzlichen Herztod können Symptome der koronaren Herzkrankheit sein.

## Wer ist besonders gefährdet?

Eine Reihe von Einflüssen kann eine KHK begünstigen. Ein erhöhtes Risiko für Ihre Herzkranzgefäße besteht:

- wenn Sie rauchen
- wenn Sie sich wenig bewegen
- wenn Sie sich ungesund ernähren oder an Übergewicht leiden
- wenn Ihre Blutfettwerte erhöht sind
- wenn bei Ihnen eine Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) vorliegt
- wenn Sie einen hohen Blutdruck haben
- bei emotionaler Belastung



## Wie erkenne ich eine koronare Herzkrankheit und was soll ich tun?

Bei einer KHK treten nicht ständig Beschwerden auf. Im Verlauf kann es aber immer wieder zu Beschwerden kommen, die unterschiedlich stark sein können. Wie stark sie sind, hängt davon ab, welche Herzkranzgefäße an welcher Stelle verengt sind.

Herzbeschwerden sind häufig belastungsabhängig, zum Beispiel beim bergan gehen treten Brustschmerzen auf; in Ruhe lassen sie bald wieder nach.

Symptome für einen akuten Herzinfarkt als Ausdruck einer koronaren Herzerkrankung können Schmerzen oder ein Druckgefühl im Brustkorb mit möglicher Ausstrahlung in die (linke) Schulter, den oder die Arme, den Kiefer oder den Oberbauch und Rücken kombiniert mit Schweißausbrüchen oder Übelkeit sein.

In diesen Fällen muss unverzüglich der **Notarzt gerufen werden (112)**.

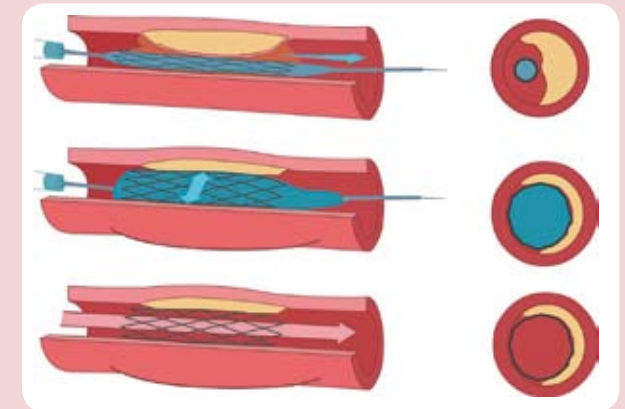
Wird der Herzinfarkt nicht schnell behandelt, kann der Herzmuskel absterben. Bei Brustschmerzen, die schnell wieder vergehen, Auffälligkeiten wie Herzstolpern oder Schwitzen sollte der Hausarzt aufgesucht werden.

## Wie lässt sich eine koronare Herzkrankheit behandeln?

Nach einer ersten Befragung, Untersuchungen wie einem Elektrokardiogramm (EKG) oder einem Bluttest, kristallisiert sich oft bereits heraus, ob eine koronare Herzkrankheit vorliegt oder nicht.

Erhärtet sich der Verdacht, sorgen ein EKG unter Belastung auf dem Fahrradergometer oder weitere Untersuchungen wie Herzultraschall / Herz CT bis hin zu einem Herzkatheter meistens für Klarheit. Je nach Krankheitsbild können die Herzkranzgefäße mit einem Ballon erweitert, mit einem Metallröhrchen (Stent) gestützt oder operativ mit einem Bypass versorgt werden.

Sofern der Verdacht auf einen Herzinfarkt besteht, erfolgt eine umgehende Einweisung in eine Klinik mit der Möglichkeit zu einer Herzkatheteruntersuchung – hier zählt jede Minute!



Verengtes Gefäß



Nach Stentimplantation

## Welche Medikamente helfen bei einer koronaren Herzkrankheit?

Heilen kann man eine KHK nicht, aber bei gezielter Behandlung und Beachtung der Risikofaktoren kann die gleiche Lebensqualität wie bei Gesunden erreicht werden. Egal, ob Sie Beschwerden haben oder nicht, sind die Medikamente einzunehmen. In der Regel erfolgt für ein Jahr eine doppelte Blutverdünnung. Zusätzlich werden auch ein Cholesterinsenker, ein ACE Hemmer oder Sartan und ein Betablocker verschrieben. Diese werden in der Regel lebenslang genommen.

Wichtig ist auch eine Blutfettbestimmung zumeist alle sechs Monate. Medikamente sollten immer vorrätig sein und nicht ohne eine Beratung durch den Arzt abgesetzt werden.

## Wie wirken die Medikamente der koronaren Herzerkrankung:

Thrombozytenaggregationshemmer („Blutverdünner“): Sie verhindern, dass sich Blutplättchen an den Wänden der Herzkranzgefäße anlagern.

Statine:

Sie beeinflussen die Blutfette positiv. So bilden sich weniger Gefäßablagerungen (Plaques) an der Innenseite der Gefäße.

Betablocker:

Sie senken den Blutdruck und verlangsamen den Herzschlag. Das entlastet das Herz, besonders wichtig nach einem Herzinfarkt.

ACE Hemmer / Sartan:

Sie senken den Blutdruck und wirken durch die koronare Herzerkrankung begonnenen Umbauprozessen im Herzen entgegen.

## Was kann ich tun - wie kann ich einer koronaren Herzerkrankung vorbeugen?

Außer einer guten medizinischen Betreuung ist eine gesunder Lebensstil besonders wichtig.

- Regelmäßiger Ausdauersport (z.B. in einer Herzsportgruppe) macht Ihr Herz wieder fit. Meist werden Kosten hierfür von der Krankenkasse getragen.
- Eine abwechslungsreiche Ernährung (mediterrane Kost) mit wenig Fett, wenig Fleisch dafür Fisch und Olivenöl mit zusätzlich Obst, Salat oder Gemüse verhindert weitere Verkalkungen und Durchblutungsstörungen. Bei Übergewicht reduzieren Sie Ihr Gewicht.
- Reduzieren Sie bestehenden Streß.
- Zigarettenqualm ist sehr gefährlich für Ihr Herz, weil er zu weiteren Durchblutungsstörungen führen kann. Deshalb sollten Sie das Rauchen am Besten ganz aufgeben.
- Während einer Grippeepidemie treten verstärkt Herzinfarkte und Schlaganfälle auf, weil der Körper zusätzlich geschwächt ist. Besonders älteren Menschen empfehlen wir die jährliche Gripeschutzimpfung.

## An wen kann ich mich wenden, wenn ich gefährdet bin ?

Als Herzspezialisten mit langjähriger Erfahrung sind wir bei allen Fragen rund um Herzerkrankungen als kompetenter Ansprechpartner für Sie da.

Wir stehen Ihnen mit Rat und Tat in unserer kardiologischen Ambulanz zur Seite. Hier können wir in Ruhe mit Ihnen eine Diagnose stellen und für Sie die geeigneten Therapiemöglichkeiten erarbeiten und diese mit Ihnen besprechen. Hierfür stehen uns sämtliche modernen Methoden und Verfahren zur Diagnostik und Therapie einer KHK zur Verfügung.

Eine Patienteninformation der Stiftung Giessener Herz

Vorsitz:

**Prof. Dr. med. C. Hamm**

Klinikdirektor Medizinische Klinik I



## Kontakt



Herzkatheterlabor

Leitung: Prof. Dr. med. Holger Nef

Medizinische Klinik I - Kardiologie/Angiologie  
Universitätsklinikum Gießen und Marburg GmbH  
Standort Gießen

Klinikstraße 33  
35390 Gießen

Tel.: 0641-985-42101

Fax: 0641-985-42109

Weitere nützliche Informationen auch im Internet unter [www.ukgm.de](http://www.ukgm.de)



## Patienteninformation

# Koronare Herzerkrankung



Prof. Dr. med. C. Hamm, Medizinische Klinik I, UKGM