

Sofort 144 wählen!

Notfall Herzinfarkt

Der Herzinfarkt zählt zu den häufigsten medizinischen Notfällen im Erwachsenenalter. In Österreich erleiden jährlich rund 30.000 Menschen einen akuten Verschluss eines Herzkranzgefäßes. Nur die Hälfte der Betroffenen erreichen lebend das Krankenhaus. Das Überleben, aber auch das Abwenden schwerer Folgeschäden erfordert das schnelle Ingangsetzen der Rettungskette, denn die Überlebenschancen im Krankenhaus sind über 90 Prozent. Kommt es zu einem Kreislaufstillstand, können nur unmittelbar einsetzende Wiederbelebensmaßnahmen helfen. In vielen Fällen leiden Herzinfarktpatienten bereits zuvor an einer Koronaren Herzkrankheit (KHK), deren Risiko durch Lebensstilmaßnahmen, Medikamente sowie eine Versorgung durch Stent oder Bypass eingedämmt werden kann.

„Meist ist es ein drückender oder brennender Schmerz in der Brust, der eine Mangel durchblutung des Herzens signalisiert“, sagt Ronald Binder, Leiter der Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin am Klinikum Wels-Grieskirchen. „Diese Anzeichen müssen unbedingt ernst genommen und sofort abgeklärt werden – verständigen Sie umgehend die Rettung unter 144!“ Zu den klassischen Symptomen eines Myokardinfarkts zählen ein akut auftretendes Engegefühl sowie ein starker Schmerz in der Brust, welcher in den linken oder rechten Arm, Hals, Unterkiefer, Rücken oder Oberbauch ausstrahlen kann. „Typisch ist, dass sich die Beschwerden nicht bessern und zum Beispiel von Atemnot, Kaltschweißigkeit oder Blässe begleitet werden. Betroffene leiden unter Übelkeit und Schwindel bis hin zur Bewusstlosigkeit.“ Doch nicht immer müssen es heftige Brustschmerzen sein, die einen Herzinfarkt ankündigen. „Bei Frauen ist das Beschwerdebild oft weniger deutlich ausgeprägt als bei Männern. Und bei Patienten mit Nervenschädigungen – zum Beispiel bei Diabetikern – ist die Dringlichkeit durch reduziertes Schmerzempfinden schwieriger einzuschätzen“, so Binder.

Das passiert beim Herzinfarkt

Die Herzkranzgefäße versorgen das Herz mit Sauerstoff. Verengen sie sich, ist das der Beginn einer koronaren Herzerkrankung, kurz KHK genannt. „Ursache ist die Arteriosklerose. Fett und Kalk lagern sich an den Innenwänden der Gefäße ab und führen nach und nach zu einer Verstopfung. Im schlimmsten Fall kommt es zu einem Herzinfarkt oder Schlaganfall“, sagt der Kardiologe.

Was im Ernstfall zu tun ist

„Rufen Sie bei Symptomen sofort die Rettung!“, so Binder. „Je mehr Zeit bis zur Versorgung verstreicht, umso höher ist die Wahrscheinlichkeit für Folgeschäden.“ Bei Verdacht auf Herzinfarkt muss der Betroffene ruhig gelagert werden, bis professionelle Helfer eintreffen. Anders bei einem Kreislaufstillstand: „Wenn der Patient bewusstlos wird und nicht normal atmet, setzen Sie einen Notruf ab und starten Sie unverzüglich die Herzdruckmassage! Genaue Anweisungen erhalten Sie von der Rettungsleitstelle über das Telefon. Ist ein Laiendefibrillator verfügbar, folgen Sie den Anweisungen nach dem Einschalten!“

So senkt man das persönliche Herzinfarktrisiko

Trotz mancher unveränderlicher Risikofaktoren, wie familiäre Veranlagung oder Alter, gibt es auch eine Vielzahl modifizierbarer Faktoren und hilfreicher Maßnahmen, um Ablagerungen in den Gefäßen zu vermeiden. „Zum Beispiel hohe Cholesterin- und Triglyceridwerte, Bluthochdruck, erhöhter Blutzuckerspiegel, Übergewicht und Stress können durch regelmäßige Bewegung und eine herzgesunde Ernährung positiv beeinflusst werden“, erklärt der Kardiologe. Optimal sind 150 Minuten Ausdauer- und Krafttraining mit mittlerer Intensität oder 75 Minuten mit höherer Intensität verteilt über mehrere Wochentage. Wie sich die tägliche Ernährung zusammensetzen sollte, zeigt die österreichische Ernährungspyramide. Für die Herzgesundheit ist es besonders wichtig, wenig, dafür aber hochwertige Fette zu konsumieren und beim Verfeinern von Speisen mehr auf Kräuter und Gewürze anstatt Salz zu setzen. „Übergewicht und Bewegungsmangel sind zwei wichtige Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in unserer Gesellschaft, die man selbst oder unter Anleitung von Diätologen, Trainern und in Abklärung mit dem Arzt verbessern kann“, sagt Binder.

Weiterführende Information

To-dos bei Herzinfarkt

1. Sofort Rettung rufen – 144! Je schneller die Rettungskette abläuft, umso höher ist die Überlebenschance.
2. Keine körperliche Anstrengung! Den Betroffenen ruhig lagern, bis professionelle Helfer eintreffen!
3. Bei Kreislaufstillstand: Sofort mit der Wiederbelebung beginnen! Führen Sie im Wechsel 30 Thoraxkompressionen aus und beatmen Sie zweimal! Ist ein Laiendefibrillator verfügbar, schalten Sie diesen ein und folgen Sie den Anweisungen! Führen Sie weiterhin 30 Thoraxkompressionen und zwei Beatmungen im Wechsel durch!

Bilder und Statements:

Bild: KWG_Binder_Ronald_Dr_Priv_Priv-Doz_Innere_II.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen

Bildtext: Prim. Priv.-Doz. Dr. Ronald K. Binder, Leiter der Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Meist ist es ein drückender oder brennender Schmerz in der Brust, der eine Mangeldurchblutung des Herzens signalisiert.“

„Diese Anzeichen müssen unbedingt ernst genommen und sofort abgeklärt werden– verständigen Sie umgehend die Rettung unter 144!“

„Typisch ist, dass sich die Beschwerden nicht bessern und zum Beispiel von Atemnot, Kaltschweißigkeit oder Blässe begleitet werden.“

„Betroffene leiden unter Übelkeit und Schwindel bis hin zur Bewusstlosigkeit.“

„Bei Frauen ist das Beschwerdebild oft weniger deutlich ausgeprägt als bei Männern.“

„Ursache ist die Arteriosklerose. Fett und Kalk lagern sich an den Innenwänden der Gefäße ab und führen nach und nach zu einer Verstopfung.“

„Zum Beispiel hohe Cholesterin- und Triglyceridwerte, Bluthochdruck, erhöhter Blutzuckerspiegel, Übergewicht und Stress können durch regelmäßige Bewegung und eine herzgesunde Ernährung positiv beeinflusst werden.“

„Übergewicht und Bewegungsmangel sind zwei wichtige Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in unserer Gesellschaft, die man selbst oder unter Anleitung von Diätologen, Trainern und in Abklärung mit dem Arzt verbessern kann.“

Bild: KWG_Herzkatheter_170829-01.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Robert Maybach

Bildtext: Um bei einem Herzinfarkt das Herzmuskelgewebe mit ausreichend Sauerstoff zu versorgen, muss das verschlossene Gefäß wieder eröffnet werden. Im Herzkatheterlabor des Klinikum Wels-Grieskirchen werden jährlich rund 700 Herzinfarktpatienten behandelt.

Veranstaltungstipp

Klinikum-Wissensforum „Wohin jetzt? Orientierung im Gesundheitssystem“

Sind es leichtere Beschwerden oder doch ein Notfall? Ist es ein Schlaganfall? Ein Herzinfarkt? Was tun bei plötzlichem Pflegebedarf? Informieren Sie sich über den richtigen Weg in unserem Gesundheitssystem! Nach dem Vortragsprogramm stehen die Klinikum-Experten für die individuellen Fragen und Anliegen der Besucher zur Verfügung.

Klinikum Wissensforum „Wohin jetzt? Orientierung im Gesundheitssystem“

Wann: 24. April 2024, 18:00 Uhr

Wo: Festsaal, Klinikum Wels-Grieskirchen, Standort Wels

Mehr Infos zum Programm: www.klinikum-wegr.at

Das Klinikum Wels-Grieskirchen – www.klinikum-wegr.at

Das größte Ordensspital Österreichs ist eine Institution der Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Kreuz und der Franziskanerinnen von Vöcklabruck. Mit 35 medizinischen Abteilungen, 1.251 Betten und rund 4.200 Mitarbeitern leistet das Klinikum Wels-Grieskirchen umfassende medizinische Versorgung in Oberösterreich. Der Gesundheitsversorger verzeichnet rund 65.000 stationäre Entlassungen jährlich. Aufgrund seiner zahlreichen Schwerpunkte und Kompetenzzentren bündelt das Klinikum fachübergreifendes Know-how und ermöglicht interdisziplinäre Diagnosen und Behandlungen zum Wohle der Patienten.

Pressekontakt Klinikum Wels-Grieskirchen

Mag. Kerstin Pindeus, MSc, MBA, A-4600 Wels, Grieskirchner Straße 42,

Tel: +43 7242 415-93772, Mobil: +43 699 1416 3772

E-Mail: kerstin.pindeus@klinikum-wegr.at