

Das schwache Herz

Ein Beitrag zu den bundesweiten Herzwochen der Deutschen Herzstiftung

VON DR. EBERHARD BUB

HOLZMINDEN. Auch wenn die Corona-Pandemie die Menschen bei uns und in der ganzen Welt sorgenvoll in Atem hält, gehen andere Krankheitsverläufe – vor allem des Herz und Kreislaufsystems – unvermindert weiter. Unter dem Motto „Das schwache Herz“ steht die Volkskrankheit Herzschwäche (Herzinsuffizienz) im Mittelpunkt der diesjährigen bundesweiten Herzwochen der Deutschen Herzstiftung vom November 2020 im Vordergrund.

Die Herzschwäche entwickelt sich meist schleichend mit Symptomen wie Atemnot, Leistungsabnahme und geschwollene Beine (Knöchelödeme). Diese Beschwerden werden häufig erst spät wahrgenommen. Die Herzschwäche tritt zwar bevorzugt in höherem Alter auf, kann aber auch die jungen Menschen zum Beispiel im Rahmen der koronaren Herzkrankheit (Herzinfarkt) oder der Herzmuskelentzündung (Myocarditis) treffen. Im Kontext mit der Corona-Pandemie gehören diese Patienten zur sogenannten Risiko-Gruppe und sind dadurch im besonderen Maße gefährdet. Umso mehr muss auf die Herzinsuffizienz geachtet werden. Experten schätzen, dass in Deutschland vier Millionen Patienten betroffen sind. Eine halbe Million muss stationär behandelt werden. 40.000 Todesfälle an Herzinsuffizienz sind zu beklagen.

Die Herzschwäche tritt auf, wenn das Herz nicht mehr in der Lage ist den Organismus ausreichend mit Blut zu versorgen. Bei Beschwerden wie Luftnot und Beinödeme muss gehandelt werden. Je früher die Herzschwäche erkannt wird, desto besser kann sie behandelt werden. Die Herzschwäche wird klinisch in vier Stadien, je nach Schweregrad, eingeteilt (NYHA-Klassifikation). Sie ist keine eigenständige Erkrankung. Sie kann im

Rahmen zahlreicher Erkrankungen auftreten. Bevorzugt bei der Durchblutungsstörung des Herzens (KHK) sowie bei hohem Blutdruck. Das Vorhandensein eines Diabetes mellitus stellt eine besondere Belastung dar. Auch Herzklappenerkrankungen, angeborene Herzfehler, Herzmuskelentzündungen, Drogen, Alkohol und Medikamente können zur Herzschwäche führen. Aktuell besteht eine sehr große Gefahr durch den pandemischen Virus-Befall mit Covid 19.

Neben den klinischen Erscheinungen der Herzschwäche kann der erhöhte Laborwert Bio-Marker NT-proBNP im Serum auf eine zunehmende und bereits bestehende Herzschwäche hinweisen. Im



Rahmen der kardiologischen Untersuchung spielt die körperliche Untersuchung (Auskultation des Herzens), das EKG und die echokardiografische Untersuchung (TTE- und Gewebedoppler-Echokardiographie) eine große Rolle:

Zwei Formen der Herzschwäche müssen unterschieden werden:

1. Die systolische Herzschwäche (Pumpversagen des Herzens): Das Herz verliert zunehmend die Kraft, Blut in ausreichendem Maße in die Schlagadern auszuwerfen (großer und kleiner Kreislauf). Im Echo sind die Herzkammern schlaff und erweitert (dilatiert) Häufig liegt auch eine Schlussunfähigkeit der Herzklappen vor.

2. Die diastolische Herzschwäche. Hierbei handelt es sich um ein Füllungsversagen

des Herzens. Häufig liegt ein verdickter, versteifter Herzmuskel vor. Die Blutaufnahme in die Herzkammern ist erschwert und braucht Zeit. Die systolische Herzfunktion ist meist erhalten.

Viele Patienten leiden unter Bluthochdruck und haben Luftnot vor allem bei körperliche Belastung. Übergewicht und Diabetes mellitus sind häufig. Frauen sind weitaus häufiger betroffen als Männer. Bei über 70-Jährigen tritt diese Form der Herzschwäche fast regelhaft auf. Im Rahmen einer erweiterten echokardiografischen Untersuchung kann der Fachmann die Formen der Herzinsuffizienz leicht auseinanderhalten und differenzierte therapeutische Maßnahmen einleiten. Bei der Behandlung der Herzschwäche stehen nach Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie eine Reihe von Maßnahmen und Medikamenten zur Verfügung: Am wichtigsten ist es, die ursächlichen Erkrankungen wie koronare Herzkrankheit und arterielle Hypertonie, sowie Diabetes mellitus zu behandeln. Rauchen einstellen, LDL-Cholesterin und Körpergewicht senken. Gesunden Lebensstil beachten!

Medikamente

1. Bei allen Formen der Herzschwäche sollte mit Hilfe von Diuretika (Wassertabletten) die Stauungen (Luftnot und Beinödeme) beseitigt werden. Auf einen ausreichenden Kalium- und Magnesiumspiegel im Serum muss geachtet werden. Dabei hat sich die Kombination mit einem Spironolacton-/Eplerenon (Aldosteron-Blocker)-Präparat bewährt.

2. Die Betarezeptorenblocker senken die Herzfrequenz und den Blutdruck und entlasten so das Herz. Sie erhöhen die Lebenserwartung.

3. Die ACE-Hemmer/Sartane steigern die Leistungsfähigkeit des Herzens und ver-



Dr. Eberhard Bub. FOTO: TAH

bessern die Prognose.

4. Ein besonderes Medikament bei der Behandlung der systolischen Herzschwäche (ausgeprägte Herzerweiterung) ist der ARNI-Blocker, der vor allem dann eingesetzt wird, wenn die Herzleistung auf unter 35 Prozent gefallen ist. Nicht selten kann mit diesem Medikament Beschwerdefreiheit erreicht werden.

5. Besteht eine diastolische Herzschwäche bringt dieses Mittel keine Besserung! Hier ist es wichtig, die Herzfrequenz zu erniedrigen: Am besten auf 60 bis 65 Schläge pro Minute in Ruhe und deutlich unter 100 Schläge pro Minute unter Belastung. Gelingt das mit dem Betarezeptorenblocker allein nicht, kann medikamentös die Herzfrequenz weiter gesenkt werden.

6. Die bekannten Digitalis-Präparate (Fingerhut) haben nur noch eine geringe Bedeutung, so bei Herzjagen mit Vorhofflimmern und schneller Erregungsüberleitung auf die Herzhauptkammern. Generell ist bei Herzschwäche wichtig, dass kein Eisenmangel besteht, die Mineralien in Ordnung sind und keine Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse vorliegt ist. Von

Bedeutung ist auch, dass keine Medikamente eingenommen werden, die die Herzfunktion verschlechtern können, etwa Rheuma- und Schmerzmittel. Hierher gehören auch einige Antidepressiva und Mittel gegen Migräne.

Im Behandlungskonzept aller Formen der Herzinsuffizienz spielt die Bewegungstherapie, bevorzugt in frischer Luft und unter Beachtung eines richtigen Lebensstils, eine besonders große Rolle. Dosiertes Ausdauertraining steigert erheblich die Leistungsfähigkeit, verringert die Zahl der Krankenhauseinweisungen und senkt die Sterblichkeit!

Wie kann man Krankenhausaufenthalte am besten vermeiden?

1. Genau den Therapieplan beachten!
2. Die Medikamente nicht wahllos absetzen, aber auch nicht unkontrolliert erhöhen.
3. Vermeidung von Medikamenten, die das Herz schwächen können.
4. Auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr achten. Tägliche Gewichtskontrollen. Wenn das Körpergewicht überraschend ansteigt, kann eine Zunahme der Herzschwäche vorliegen. Dann den Arzt konsultieren!
5. Selbstkontrollen wie Blutdruck und Puls messen sind gut. Professionelle Unterstützung ist noch besser.

Die Deutsche Herzstiftung (DHS) empfiehlt die Verwendung eines Herztagebuches mit dem Slogan: „Hab ein Auge auf Dein Herz“ und bleiben Sie gesund bei der noch weiterhin grassierenden Pandemie COVID 19! „Mein Herztagebuch“ ist kostenlos erhältlich bei der Deutschen Herzstiftung: www.Herzstiftung.de oder telefonisch: 069/955128-400.

Dr. Eberhard Bub aus Neuhaus ist Facharzt für Innere Medizin/Kardiologie sowie Mitglied des Wissenschaftlichen Beirates der DHS.

HEUTE IN HOLZMINDEN

Montag, 30. November

Jugendzentrum. Kinder-treff Montag bis Mittwoch 12 bis 16 Uhr, Donnerstag und Freitag 12 bis 14 Uhr.

Haus & Grund. Sprechstunde 14 bis 18 Uhr, nach telefonischer Absprache unter 05531/4720, Ernst-August-Straße 37a.

Pro familia. Beratungsstelle Uhlenflucht 20, Telefon 05531/10807, Montag, Dienstag und Donnerstag 9 bis 12 Uhr, Mittwoch 9 bis 11 Uhr.

SoVD-Beratungszentrum, Karlstraße 26. Geöffnet Mo, Di, Mi und Fr 8.30 bis 12 Uhr, Do 9 bis 16 Uhr, Beratung nach Terminvereinbarung, Telefon 05531/7726 Mo bis Do 8 bis 16 Uhr und Fr 8 bis 13 Uhr.

Holzmindener Tafel. Geöffnet von 13 bis 16.30 Uhr, Wallstraße 1.

Hospiz-Zentrum. Kleiner Spendenladen, 10 bis 13 Uhr, Vereinbarung von Gesprächsterminen unter Telefon 05531/1271062.

Hospiz-Verein. Sterbebegleitung, 05531/1271062 o. 0170/2177259; Trauerbegleitung 05531/1271062 o. 0152/07503787.

Sorgentelefon. Kostenfrei erreichbar 17 bis 21 Uhr, Telefon 0800/1110444 oder 0800/1110111, 24 Stunden erreichbar.

NOTIERT

Basteln führt zum Feuerwehreinsatz

HOLZMINDEN (fhm). Zur Kaffezeit am Sonntagnachmittag wurde die Feuerwehr Holzminden in Marsch gesetzt. „Feuer“ meldete die Brandmeldeanlage in einer Seniorenwohnanlage in der Ernst-August-Straße. Schnell waren acht Feuerwehrleute unter Führung von Ortsbrandmeister Michael Nolte am Einsatzort, weitere Feuerwehrkräfte standen am Feuerwehrgerätehaus in Bereitschaft. Doch sie mussten nicht eingreifen. Es stellte sich heraus, dass jemand bei Bastelarbeiten mit einem Heizstab gearbeitet hatte. Dabei entstand Rauch, der von den Brandmeldern gleich als Anlass zur Alarmierung genommen wurde. Die Feuerwehr rückte wieder ab.

Immobilienbranche: Digital ist Trumpf

HAWK-Professor Florian Hackelberg: „PropTechs‘ treiben die Digitalisierung der Immobilienwirtschaft weiter voran.“

HOLZMINDEN (r). Themen wie Big Data und künstliche Intelligenz beschäftigen auch die Immobilienbranche. Damit Nachwuchskräfte bestens auf die digitalisierte Arbeitswelt vorbereitet werden, schafft die HAWK zwei neuen IT-Schnittstellenprofessuren. Der Megatrend digitale Transformation beeinflusst den Alltag und die Arbeitswelten in fast allen Bereichen und Branchen. Auch in der eher traditionellen und schon aufgrund des Wirtschaftsgutes lokalen Immobilienbranche etablieren sich mit sogenannten „PropTechs“ neue technologiegetriebene Marktteilnehmer.

Bei „PropTechs“ (PropTech-Unternehmen) handelt es sich um Unternehmen der Immobilienbranche, deren Arbeitsweise häufig auf Datenwissenschaften (Big Data) basiert. Mit kreativen Geschäftsmodellen und unter Nutzung künstlicher Intelligenz, Algorithmen und großer Datenmengen machen junge Unternehmen, meist Start-ups, etablierten Dienstleistungsunternehmen Konkurrenz. „Das bekannteste Beispiel aus dem Konsumentenbereich sind Internetplattformen, welche

Dienstleistungen der Immobilienmakler anbieten und teilweise bereits ersetzen“, erläutert Prof. Dr. Florian Hackelberg, Professor für Immobilienwirtschaft und Management an der HAWK in Holzminden. Das Kunstwort „PropTech“ setzt sich zusammen aus den englischen Begriffen PROProperty = Immobilie und TECHnology = Technologie.

„In der Vergangenheit war die Immobilienwirtschaft im Vergleich zu anderen Branchen eher wenig von Digitalisierung betroffen. Dies lag auch daran, dass aufgrund des langjährigen Booms in der Branche viele Marktteilnehmer auch mit traditionellen Geschäftsmodellen sehr erfolgreich waren und Anpassungen nicht erforderlich schienen“, erläutert Prof. Dr. Florian Hackelberg. Doch in den letzten Jahren schreitet die Digitalisierung auch in der Immobilienbranche immer weiter voran.

Auch an der HAWK spielt das Thema Digitalisierung in der Ausbildung angehender Immobilienmanager eine große Rolle und ist seit der letzten Reakkreditierung vor einigen



Prof. Dr. Florian Hackelberg (links) und Verw.-Prof. Christopher Jäger wollen Studierende in Holzminden auf die digitalisierte Arbeitswelt vorbereiten. FOTO: HAWK

Jahren auch verstärkt im curricularen Studienprogramm verankert. „Dies reicht von der Integration entsprechenden IT-Wissens in der Lehre bis zur Initiierung von Forschungsprojekten in der Nahtstelle zwischen IT und Immobilienwirtschaft“, erklärt Christopher Jäger, Verwalter der Professur für Immobilien-, Bestands-, Asset- und Portfoliomanagement an der HAWK. In Zukunft setzt die HAWK

in Holzminden auf eine stärkere Vermittlung digitaler Kompetenzen für die angehenden Immobilienmanager. Mit der Ausschreibung von zwei neuen IT-Schnittstellenprofessuren wird die HAWK am Standort Holzminden das Thema konsequent ausbauen. Die Studierenden werden damit auch zukünftig optimal auf die sich wandelnden Herausforderungen in den unterschiedlichsten Bereichen der

Immobilienwirtschaft vorbereitet sein. „Für uns ist es sehr wichtig, den Studierenden die Möglichkeit zu geben, ein Stück weit über den digitalen Tellerrand schauen zu können, damit ihnen später in der Berufswahl alle Möglichkeiten offenstehen. Wir setzen uns dafür ein, dass unsere Studierenden nach ihrem Abschluss beste Chancen auf dem Arbeitsmarkt haben“, so Professor Jäger.

Täglicher Anzeiger

Verleger und Herausgeber: Constanze Mahnkopf Gerlinde Mahnkopf

Verlag und Redaktion: Druck- und Verlagshaus Hüpke & Sohn Weserland Verlag GmbH, Zepelinstraße 10, 37603 Holzminden, Telefon (0 55 31) 93 04 - 0, Telefax (0 55 31) 93 04 - 41 E-Mail: info@tah.de Internet: www.tah.de Facebook: [facebook.com/TAHlokal](https://www.facebook.com/TAHlokal)

Der Tägliche Anzeiger ist Partner im Redaktionsnetzwerk Deutschland (RND). Chefredakteur: Marco Fenske Mitglieder der Chefredaktion: Danny Schrader, Christoph Maier

Nachrichtengeneratoren: dpa, epd Redaktion Holzminden: Lokalfredaktion: Birgit Schneider (verantwortlich; bs), Bernd Brodhage (beb), Uwe Engelhardt (Sport; ue), Frank Müntefering (fhm), Anika Pfeiffer (ap), Gudrun Reinking (rei), Thomas Specht (spe), Doris Tacke (Fotos; ta) Anzeigen: Constanze Mahnkopf (verantwortlich)

Gültige Anzeigenpreisliste Nr. 43 Mitglied der Göttinger Tagesblatt media KOMBI Monatlicher Bezugspreis bei Lieferung durch Zusteller für die gedruckte Zeitung 27,80 €, für Abholer 26,30 €, im Postbezug 31,20 € (einschl. Mehrwertsteuer); zusätzlicher monatlicher Bezugspreis für das ePaper 3,00 € (einschl. Mehrwertsteuer).

Die Bezugsgebühren sind jeweils am Beginn des Monats fällig. Abbestellungen können nur zum Monatsende ausgesprochen werden. Sie müssen spätestens am 15. des betreffenden Monats schriftlich beim Verlag vorliegen. In Fällen höherer Gewalt, bei Verbot oder Betriebsstörungen sowie Störungen des Arbeitsfriedens besteht kein Anspruch auf Kürzung oder Rückzahlung des Bezugsgebührens. Für unverlangt eingesandte Manuskripte, Fotos, Bücher und anderes Material besteht keine Rückgabepflicht; es wird dafür keine Haftung übernommen. Alle urheberrechtlichen Verwertungsrechte, insbesondere für Texte, Bilder, Zeichnungen und Anzeigen liegen beim Täglichen Anzeiger. Das Reproduzieren ist ohne Genehmigung des Verlages nicht gestattet und wird strafrechtlich verfolgt. Erfüllungsort und Gerichtsstand ist für das Mahnverfahren und im Verkehr zu Vollkaufleuten Holzminden. Druck: Druckzentrum Hottenbergfeld, Hameln Diese Zeitung ist auf Umweltschutz gedruckt. Der Altpapieranteil beträgt zwischen 80 und 100%.