

# Turbulenzen im Herz – Vorhofflimmern

Herzwochen der Deutschen Herzstiftung im November / Informationen und Hinweise, die Leben retten können

VON DR. EBERHARD BUB

**HOLZMINDEN.** Nach Angaben der Deutschen Herzstiftung ist Vorhofflimmern die häufigste Herzrhythmusstörung. Das Herz, insbesondere die Vorhöfe, sind beim Vorhofflimmern völlig außer Takt, sie flimmern eben. Das Herz schlägt unregelmäßig und ist oft zu schnell. Professor Dr. Thomas Voigtländer, Vorsitzender der Deutschen Herzstiftung spricht von einer „Tückischen Volkskrankheit“. Vorhofflimmern ist nicht lebensbedrohlich, geht aber häufig mit Beschwerden wie Herzklopfen und Palpitationen („Pochen“ mit Angstgefühlen) einher und kann in 20 bis 30 Prozent zu Schlaganfällen und Herzschwäche führen. Herzrhythmusstörungen sind unregelmäßig und kann in 20 bis 30 Prozent zu Schlaganfällen und Herzschwäche führen. Herzrhythmusstörungen sind unregelmäßig und kann in 20 bis 30 Prozent zu Schlaganfällen und Herzschwäche führen.

Zur Erklärung: Das Herz des Menschen hat etwa die Größe einer Faust. Es besteht aus vier Kammern: Zwei oben liegende Vorhöfe und darunter – funktionell verbunden – die kräftigeren Herzhauptkammern. Wenn die Vorhöfe flimmern, ist die Impulsüberleitung auf die Herzhauptkammern absolut unregelmäßig. Man nennt das eine „absolute Arrhythmie“. Der Puls ist meist erhöht.

Risikofaktoren für das Auftreten von Vorhofflimmern sind Alter, männliches Geschlecht, Genetik, die koronare Herzkrankheit (KHK), der Bluthochdruck, der Diabetes mellitus, Herzklappenerkrankungen, Herzmuskelentzündungen, körperliche Inaktivität, zu hohes LDL-Cholesterin, Fehlernährung, zu viel Alkohol, vor allem Rauchen, Fettleibigkeit und das obstruktive Schlafapnoesyndrom (OSAS).

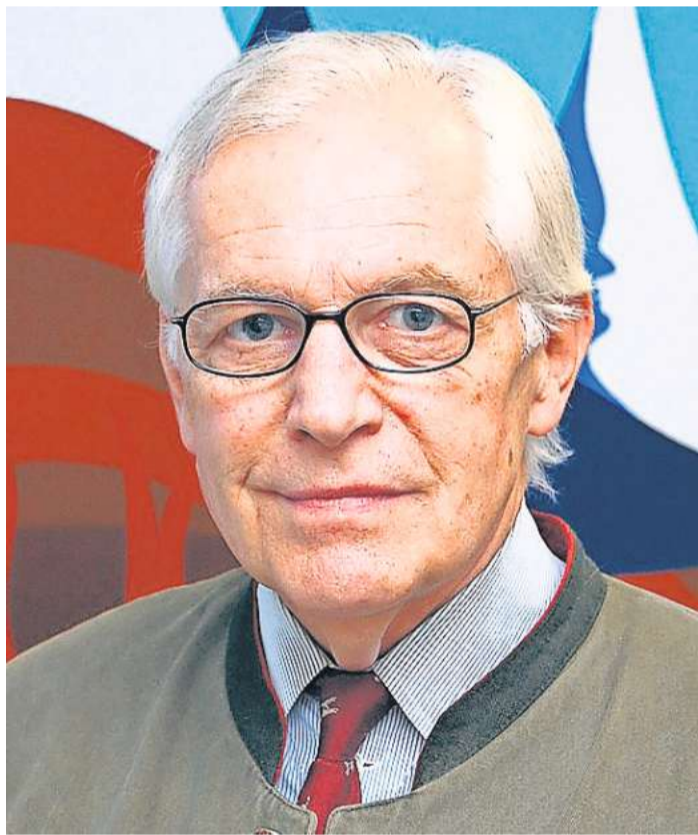
Man unterscheidet anfallsartiges (paroxysmales) Vorhofflimmern. Es kann kurz andauern, aber auch über Tage anhalten. Besteht die Absoluta länger als sieben Tage, spricht man von anhaltendem oder persistierendem Vorhofflimmern. Besteht die Rhythmusstörung ein Jahr lang oder

darüber hinaus, handelt es sich um langanhaltendes oder permanentes Vorhofflimmern.

Das Vorhofflimmern geht mit unterschiedlichen Beschwerden einher: Leichte Symptome (Palpitationen) bei alltäglichen Belastungen, bis zu Luftnot bei stärkeren körperlichen Anstrengungen.

Das Vorhofflimmern wird zumeist diagnostiziert, wenn Beschwerden (Symptome) auftreten. Dann sollte man sich an einen Arzt wenden, der ein EKG veranlasst. Auch beim Pulstasten oder beim Blutdruckmessen kann der unregelmäßige Herzschlag festgestellt werden, ebenso beim Tragen von Armbändern, Smart-Watches und mit Hilfe der Smart-Phone-App. Dann ist ein 12-Kanal-EKG notwendig, eventuell zusätzlich ein Langzeit-EKG und ein sogenannter Eventrekorder.

Wird Vorhofflimmern diagnostiziert, sind weitere Untersuchungen notwendig: In erster Linie die Ultraschall-Untersuchung des Herzens, aber auch die Beurteilung der Schilddrüsen- und Nierenfunktion sowie die Bestimmung der Mineralien (Kalium und Magnesium) im Serum.



Dr. Eberhard Bub ist Mitglied des wissenschaftlichen Beirates der Deutschen Herzstiftung.

FOTO: DORIS TACKE/TAH

## Turbulenzen im Herz Vorhofflimmern



Das Logo der Deutschen Herzstiftung zum Thema der diesjährigen Herzwochen.

Auch die Bestimmung des Blutbildes, des CRP und des Nt-pro-BNP (Herzschwäche?) sollte durchgeführt werden.

Patienten, die älter als 75 Jahre sind, sollten regelmäßig auf Vorhofflimmern untersucht werden. Hier ist das Schlaganfall-Risiko besonders hoch.

### Behandlung des Vorhofflimmerns

Bei Vorhofflimmern nehmen die Herzhöhlen nicht mehr an der Pumparbeit teil. Das Blut gerinnt in den Vorhöfen. Die Blutgerinnsel (Tromben) können in die Hirngefäße verschleppt werden. Folge ist ein Schlaganfall. 20 bis 30 Prozent aller Schlaganfälle gehen auf Vorhofflimmern zurück. Des-

halb muss die Gerinnung des Blutes herabgesetzt werden: Neben der Behandlung mit Marcumar (Vitamin-K-Antagonist) werden zunehmend orale Medikamente eingesetzt, sogenannte orale oder direkte Antikoagulantien (NOAK / DOAK). Regelmäßige Blutgerinnungskontrollen sind dabei nicht notwendig. Bei Patienten, die jünger als 65 Jahre sind und keine sonstigen Risikofaktoren aufweisen, kann auf die Herabsetzung der Blutgerinnung verzichtet werden (CHA2DS2-VASc). Gerinnungshemmer können mit einem Blutungsrisiko (HAS-BLED-Score) einhergehen, umso mehr ist besondere Sorgfalt angezeigt.

Über 90 Prozent der Vorhofflimmer-Attacken, die zu Schlaganfällen führen, haben ihren Ursprung aus dem linken Vorhof – speziell aus dem linken Vorhof. Deshalb wird es operativ mit einem Schirmchen (Occluder) verschlossen. Der Verschluss kann auch im Rahmen einer Herzoperation durchgeführt werden.

Bei Behandlung des Vorhofflimmerns unterscheidet man eine Rhythmuskontrolle und eine Pulsfrequenzkontrolle. In beiden Fällen ist der Einsatz von Antiarrhythmika notwendig: Betablocker, CA-Antagonisten, Amiodaron, Flecainid, Digitalis und andere.

Bei stärkeren Beschwerden kann das Vorhofflimmern elektrisch (Elektroschock) reguliert werden. Diese Maßnahme wird ambulant in Kurznarkose nach den Richtlinien der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie durchgeführt.

Bei rezidivierendem, das heißt immer wieder auftretendem Vorhofflimmern, ist die Katheterbehandlung (Katheterablation) des Vorhofflimmerns im Bereich des linken Vorhofs anzustreben. Dieses

Prozedere ist in hohem Maß erfolgreich. Zumeist ist auch nach diesem Eingriff eine Behandlung mit Medikamenten notwendig. Auf einen normalen Kalium- und Magnesiumspiegel im Serum muss geachtet werden.

Bei der Verödung/Ablation von Herzzellen des linken Vorhofs (Mündungsstellen der Lungenvenen) kann mit „Feuer“ (Hochfrequenzstromablation) oder mit „Eis“ (Kältebeziehungsweise Kryoablation) behandelt werden.

Professor Dr. Stephan Willems sagt: „Katheterablation stoppt Störfeuer im Herzen. Gezielte Verödungen am Herzen bringen unregelmäßigen Herzschlag in den richtigen Takt“. Diese aufwendigen therapeutischen Maßnahmen werden spezialisierten Zentren vorbehalten. Komplikationen sind dann äußerst selten.

Es gibt weitere hoffnungsvolle Techniken, die zurzeit noch erprobt werden. Auch herzsurgische Verfahren werden erfolgreich durchgeführt.

Ist eine Regularisierung der Herzrhythmusstörungen (Vorhofflimmern) erreicht worden, muss darauf geachtet werden, dass dieser Erfolg auch bleibt. In erster Linie ist das durch Optimierung des Lebensstils möglich, aber auch durch Reduktion / Elimination der kardiovaskulären Risikofaktoren und der Begleiterkrankungen. In erster Linie müssen der erhöhte Blutdruck und das zu hohe Cholesterin normalisiert werden.

Noch einmal: Die Behandlung der Risikofaktoren, ein gesünderes Leben und die Anpassung der Lebensgewohnheiten sind wesentliche Elemente der Behandlung von Vorhofflimmern und entscheidend für einen dauerhaften Therapieerfolg.

## Horoskop

Freitag, 4. November

### ♈ Widder 21.3. - 20.4.

Versuchen Sie bitte, Ihren Kopf auszuschalten und zeigen Sie mehr Gefühl. Der Partner wartet nur darauf, das Wochenende liebevoll einzuleiten. Eine bestimmte Geschichte liegt im Argen.

### ♉ Stier 21.4. - 21.5.

Heute sollten Sie nicht auf Ihrem Standpunkt beharren. Mehr Toleranz wirkt sich förderlich auf die Harmonie aus. Ergreifen Sie die Initiative und packen Sie die Gelegenheit beim Schopf.

### ♊ Zwilling 22.5. - 21.6.

Die Partnerschaft steht auf einem soliden Sockel. Aber seien Sie herzlich. Ihr Herzblatt braucht Zuneigung. Singles sind mit sich und der Welt zufrieden. Es wartet eine Überraschung!

### ♋ Krebs 22.6. - 22.7.

Nehmen Sie Ihren Mut zusammen und sprechen Sie bei jemandem vor, der Ihnen dienlich sein könnte! Ihre Chancen, ein Ziel zu erreichen stehen gut, wenn Sie Ihre Kraft richtig einsetzen.

### ♌ Löwe 23.7. - 23.8.

Sie haben Aussicht auf Erfolg. Unter der Voraussetzung, dass Sie zu Ihren Gefühlen stehen, können Sie davon ausgehen, dass diese erwidert werden. Zeigen Sie sich von Ihrer Schokoladen-Seite.

### ♍ Jungfrau 24.8. - 23.9.

Ihr Bedürfnis nach Geborgenheit ist besonders stark ausgeprägt. Erwarten Sie aber nicht, dass Harmonie von außen auf Sie zukommt. Finden Sie die Ausgeglichenheit zunächst in Ihrer Seele.

### ♎ Waage 24.9. - 23.10.

Wenn Sie einer alten Liebe begegnen, sollten Sie sich Zeit nehmen. Seelische Übereinstimmung lässt Wunden heilen. Sie dürfen sicher sein, aus einer Verhandlung als Sieger herauszugehen.

### ♏ Skorpion 24.10. - 22.11.

Eine Unstimmigkeit ist nicht einfach aus der Welt zu schaffen. Damit nicht unnötig Porzellan zerbrochen wird, wäre es günstig, einen Vermittler zu engagieren. Das frischt Ihren Alltags auf.

### ♐ Schütze 23.11. - 21.12.

Sie können froh sein, denn die kosmische Lage meint es so gut mit Ihnen, dass Sie alles das bekommen, was Ihr Herz begehrt. Singles sollten nicht allzu sehr an alten Strukturen festhalten.

### ♑ Steinbock 22.12. - 20.1.

Wie bisher, geht es nicht weiter! Eine Kehrtwendung wäre das Einzige, was Ihnen dazu verhelfen könnte, Ihre Belange zu sichern. Aktivieren Sie Ihr Selbstbewusstsein und Ihre Ausstrahlung.

### ♒ Wassermann 21.1. - 19.2.

Die Liebe blüht auf! Sie brauchen sich nicht groß zu bemühen, um Zuneigung und Erotik zu erleben. Allerdings kann sich aufgestaute Energie auch explosiv entladen. Seien Sie aufmerksam!

### ♓ Fische 20.2. - 20.3.

Seien Sie in Herzensdingen nicht stürmisch. Gefühle lassen sich nicht im Eiltempo abhandeln. Singles sollten Bekanntschaften unbedingt wachsen lassen, anstatt etwas übers Knie zu brechen.

## Das Erbe des alten New Orleans und kreolische Klänge

Luley's Lagniappes feat. Monique Thomas & Thimo Niesterok am Montag im Jazz-Club Holzminden

**HOLZMINDEN.** Weit zurück in die Geschichte des Jazz führt das Konzert am Montag, 7. November, ab 20 Uhr im Jazz-Club Holzminden im alten Bahnhof. Der Sänger und Pianist Jan Luley hat sich dem Erbe des alten New Orleans verschrieben, dieses musikalischen Schmelztiegels der Nationen und Musikrichtungen. Im Blues beheimatet, hat die Musik kreolische Aspekte aufgenommen und später dann auch den Swing und den Rock'n'Roll mitentwickelt.

Jan Luley lässt das Publikum am „seinem“ New Orleans teilhaben, baut Reminiszenzen an die kreolische Küche mit ein, und erzählt vom Mardi Gras. Ragtime, klassischer Jazz, Swing, New Orleans Rhythm'n'Blues und kreolische Klaviermusik wechseln sich im Repertoire ab. Dazu kommen eigene

Kompositionen, die sich nahtlos in die erfrischend zeitgemäße Umsetzung der musikalischen Traditionen einfügen.

An diesem Konzertabend tritt Jan Luley zusammen mit der in Pennsylvania geborenen Sängerin Monique Thomas und dem bekannten Kölner Jazztrompeter Thimo Niesterok auf. Die drei Musiker werden das echte Südstaaten-Feeling in den alten Bahnhof bringen.

Der Jazz-Club dankt schon im Vorfeld allen Sponsoren, die in diesen kulturell so schwierigen Zeiten ein so hochkarätiges Konzert ermöglichen. Karten können unter [karten@jazz-club-holzminden.de](mailto:karten@jazz-club-holzminden.de) reserviert werden, auch beim Stadtmarketing sind Karten erhältlich. Die Tageskasse ist wie gewohnt eine halbe Stunde vor Konzertbeginn geöffnet.



Jazz-Pianist Jan Luley.

FOTO: LULEY