

Wenn das Herz schwach wird: Ursachen, Folgen und Therapie

Das Gespräch führte Katharina Rütth

Bei den jährlich im November stattfindenden „Herzwochen“ hat die Herzstiftung für 2020 das Thema Herzschwäche zum Schwerpunkt gemacht. Die WZ sprach mit Dr. Herbert Probst, Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie, darüber, was Herzschwäche ist, was die Ursachen sind und wie sie behandelt werden kann.

Herr Dr. Probst, was ist Herzschwäche?

Herbert Probst: Herzschwäche ist definiert als Unfähigkeit des Herzens, den Körper mit Sauerstoff zu versorgen. Das Herz ist ja die Pumpe des Kreislaufs. Es sorgt dafür, dass mit dem Blut Sauerstoff in den Körper transportiert wird, der diesen Sauerstoff braucht, um zu funktionieren.

Wie macht sich eine Herzschwäche bemerkbar?

Probst: Zu den typischen Beschwerden gehört die Kurzatmigkeit. Die gibt es in unterschiedlicher Ausprägung. Eine leichte Kurzatmigkeit tritt nur bei hoher Belastung auf, etwa bei einem schweren Anstieg an einem Berg. In schweren



Fällen bekommt man selbst im Ruhezustand nicht genug Luft. Ein weiteres Symptom sind Wasseransammlungen in den Beinen. Sie entstehen, weil es zu einem Blutstau vor dem Herzen kommt. Dann tritt Wasser aus den Blutgefäßen ins Gewebe über. Wegen der Schwerkraft tritt das in den Beinen zuerst auf. Leider sind diese Symptome nicht spezifisch; Luftnot kann seine Ursache auch in Asthma haben, geschwollene Beine können durch eine Venenschwäche entstehen. Deshalb muss ein Arzt die Ursache prüfen. Er kann durch Abhören, ein EKG und Ultraschall feststellen, ob eine Herzschwäche vorliegt.

Was bedeutet die Diagnose einer Herzschwäche?

Probst: Eine schwere Herzschwäche hat eine schlechte Prognose, das ist vergleichbar mit einer Krebserkrankung. Es besteht die Gefahr einer



Dr. Herbert Probst ist Facharzt für Innere Medizin und Kardiologie.

Foto: M. Mutzberg

bösartigen Rhythmusstörung, des Kammerflimmerns. Dann zieht sich das Herz statt rund 70 mal in der Minute unkontrolliert 400 bis 500 mal in der Minute zusammen, kann auf diese Weise aber nicht mehr pumpen. Das ist in Wirklichkeit ein Kreislaufstillstand, der zum Tod führt. Deshalb ist eine Behandlung wichtig. Es gibt gutartige Verläufe, bei denen Patienten nach ein paar Jahren gar nichts mehr davon merken, dass sie mal eine Herzschwäche hatten. Es gibt aber auch Patienten, die nicht wieder beschwerdefrei werden. Wenn zum Beispiel bei einem Herzinfarkt Herzgewebe abstirbt, bleibt eine Herzschwäche. Die kann man durch Medikamente nur lindern.

Was sind die Ursachen einer Herzschwäche?

Probst: Es gibt einen bunten Strauß an Ursachen. Die häufigste Ursache ist eine Erkrankung der Herzkranzgefäße. Wenn diese verstopft sind, kann der Herzmuskel nicht mehr ausreichend versorgt werden, das Herz hat keine Kraft mehr zum Pumpen. Zugrunde liegt dieser Verengung der Herzkranzgefäße die Arteriosklerose, die Verkalkung der Gefäße. Risikofaktoren hierfür sind Rauchen, Diabetes, Bluthochdruck, hohe Cholesterinwerte, wenig Bewegung und auch eine genetische Veranlagung. Zur Behandlung muss man alles tun, um die Durchblutung des Herzens zu verbessern, also die Gefäße weiten und Engstellen beseitigen durch Ballonaufdehnung, das Setzen von Stents

oder Bypässen. Und natürlich die Ursachen angehen durch das Aufgeben des Rauchens, eine gute Einstellung von Zucker und Bluthochdruck sowie mehr Bewegung.

Was gibt es noch für Ursachen?

Probst: Eine Ursache kann auch eine Entzündung des Herzmuskels, eine Myokarditis, sein. Diese entsteht durch Viren, etwa Erkältungsviren. Gegen die Entzündung kann man nicht viel tun, der Patient muss sich schonen, der Körper braucht Zeit, um Antikörper zu bilden. Es gibt auch Menschen mit einer genetisch angelegten Herzschwäche. Sie erkranken, obwohl sie ihr Leben lang gesund gelebt haben. Auch Herzrhythmusstörungen, das zunächst nicht gefährliche Vorhofflimmern, können das Herz schwächen. In der Behandlung der Herzschwäche helfen Medikamente. Durch eine Weitung der Blutgefäße entlasten sie das Herz, es muss dann gegen einen weniger hohen Gegenstand arbeiten. Entwässernde Medikamente nehmen ebenfalls Druck vom Herzen. Gegen das Risiko des gefährlichen Kammerflimmerns helfen Defibrillatoren, die unter die Haut gesetzt werden. Sie setzen im Fall des Kammerflimmerns einen Elektroschock. Dadurch werden viele Leben gerettet. Ist eine Herzklappen-erkrankung die Ursache, kann eine Operation helfen.

Wie kann man einer Herzschwäche vorbeugen?

Probst: Durch eine gesunde Lebensweise, zu der auch Be-

Herzwochen

Herzschwäche Schätzungen gehen von bis zu vier Millionen Menschen mit Herzschwäche in Deutschland aus, bundesweit werden pro Jahr 465 000 Klinikaufnahmen wegen entgleister Herzschwäche verzeichnet. Rund 40 000 Menschen sterben daran.

Herzwochen In den bundesweiten Herzwochen vom 1. bis 30. November informiert die Deutsche Herzstiftung über Ursachen, Symptome und Therapien der Herzschwäche. Viele Informationen und Termine von Aktionen gibt es unter www.herzstiftung.de/herzwochen2020 Dort und unter Tel. 069 95128400 ist kostenlose Ratgeber „Das schwache Herz“ erhältlich.

WZ-Aktion Die WZ lädt zu einer Telefonaktion am Mittwoch, 11. November, ab 16 Uhr ein: Unter Telefon 717-2770 und 717-2771 beantworten Experten Fragen zum Thema Herzschwäche.

wegung gehört. Wer sich bewegt, merkt schneller, wenn etwas nicht stimmt. Das Rauchen aufgeben, Blutdruck, Zucker und Cholesterin kontrollieren. Wer Symptome spürt, sollte sie beim Arzt abklären lassen.