

# HERZINFARKT – BIN ICH GEFÄHRDET?

**HERZ-KREISLAUF-ERKRANKUNGEN SIND DIE HÄUFIGSTE TODESURSACHE IN DER SCHWEIZ, GEFOLGT VON KREBS. VIER VON FÜNF HERZNOTFÄLLEN EREIGNEN SICH AUSSERHALB EINES SPITALS. JE SCHNELLER DIE NOTFALLMEDIZINISCHE BEHANDLUNG EINSETZT, DESTO GRÖSSER SIND DIE ÜBERLEBENSCHANCEN UND DESTO GERINGER DIE BLEIBENDEN SCHÄDEN. DAS ERKENNEN VON AKUTEN SYMPTOMEN UND WARNZEICHEN KANN LEBEN RETTEN.**



Bei einem Herzinfarkt kann schnelles Handeln Leben retten.

Das Herz ist eines unserer wichtigsten Organe: Rund 100 000 Mal pro Tag schlägt die kräftige Muskelpumpe und versorgt unseren Körper mit frischem Blut und damit mit Sauerstoff. Eine gewaltige Leistung, die sowohl Kraft als auch Schnelligkeit erfordert. Der Herzmuskel wird über Herzkranzgefässe, auch Koronararterien genannt, mit Blut versorgt. Diese Arterien verändern sich im Laufe des Lebens: Mit zunehmendem Alter verkalken und verhärten sie sich, ihr Durchmesser verengt sich, so dass das Blut nur noch eingeschränkt durchflies-

sen kann. Werden Teile des Herzmuskels nicht mehr ausreichend oder schlimmstenfalls gar nicht mehr mit Sauerstoff versorgt, kommt es zum Herzinfarkt, der sofort behandelt werden muss.

## Risikofaktoren erkennen

Ein ungesunder Lebensstil kann zu einer Verengung der Herzkranzgefässe durch Ablagerungen in der Gefässwand führen und die Bildung der so genannten Atherosklerose begünstigen. Weiter reagiert das Herz empfindlich auf Einflüsse wie Rauchen, Bluthochdruck, er-

höhte Cholesterinwerte, Diabetes, Bewegungsmangel, ungesunde Ernährung und Übergewicht. Auch andere Faktoren wie Stress, Passivrauchen oder Umweltverschmutzung belasten das Herz. Wenn mehrere dieser Risikofaktoren zusammenkommen, steigt die Wahrscheinlichkeit, einen Herzinfarkt zu erleiden.

## Sofort in den Notfall

Typische Symptome eines Herzinfarktes sind ein plötzlich auftretender Schmerz oder Druck in der Brust, oft mit Ausstrahlung in den linken Arm, beide Schultern, Hals, Unterkiefer oder Oberbauch, ein Engegefühl im Brustkorb sowie Atemnot. Manchmal leiden die Betroffenen auch unter Übelkeit, Schwäche, Schweissausbrüchen und unregelmässigem Puls. Diese Symptome können bei Frauen und Männern unterschiedlich ausfallen. Die Schmerzen sind unabhängig von Körperbewegung oder Atmung und verschwinden auch nach Einnahme von Medikamenten nicht. Bei Verdacht auf Herzinfarkt ist es lebenswichtig, sofort medizinische Hilfe zu alarmieren.

## Regelmässige Vorsorgeuntersuchungen

Die wirksamste Prävention eines Herzinfarktes erfordert eine Kombination aus gesunder Lebensweise und medizinischer Betreuung. Eine regelmässige ärztliche Evaluation und gegebenenfalls Therapie der kardiovaskulären Risikofaktoren ist die Basis der Herzinfarktprävention. Mittels Belastungs-EKG (Elektrokardiogramm), Belastungs-Ultraschalluntersuchung oder Magnetresonanztomographie des Herzens kann der Arzt feststellen, ob das Herz von Durchblutungsstörungen betroffen ist und entsprechende Massnahmen zur Vorbeugung eines Herzinfarktes ergreifen.

Erfahren Sie am Publikumsvortrag der Klinik Linde mehr über das wichtige Thema «Herzinfarkt – bin ich gefährdet?» und stellen Sie dem anwesenden Facharzt für Kardiologie und Allgemeine Innere Medizin Ihre Fragen.

Die Hirslanden Klinik Linde lädt zu einem Publikumsvortrag mit Fragerunde ein:

## HERZINFARKT – BIN ICH GEFÄHRDET?

**Montag, 18. November 2024**

19 bis 20 Uhr mit anschliessendem Apéro im Restaurant der Hirslanden Klinik Linde, Blumenrain 105, Biel.

## Referent:



## Dr. med. Daniel Rüegg

Facharzt für Kardiologie und für Allgemeine Innere Medizin, Belegarzt der Hirslanden Klinik Linde

Eintritt frei, Platzzahl beschränkt. Anmeldung erforderlich unter [www.klinik-linde.ch/vortrag](http://www.klinik-linde.ch/vortrag) oder per Mail an [vortrag.linde@hirslanden.ch](mailto:vortrag.linde@hirslanden.ch)



**HIRSLANDEN**  
KLINIK LINDE  
CLINIQUE DES TILLEULS

Hirslanden Klinik Linde, Blumenrain 105, Biel  
T 032 366 44 36, [www.hirslanden.ch/linde](http://www.hirslanden.ch/linde)