

Ausgezeichnete Expertise in der Versorgung von Patienten mit Herzschwäche
Klinikum Wels-Grieskirchen als Herzinsuffizienz-Schwerpunktklinik zertifiziert

Nach Angaben von Statistik Austria mussten 2020 knapp 22.000 Patienten in Österreich aufgrund einer Herzinsuffizienz stationär im Krankenhaus aufgenommen werden, mehr als 2.000 von ihnen sind verstorben. Um ihre Lebensqualität zu verbessern und wiederholte Krankenhausaufenthalte zu vermeiden, müssen Herzinsuffizienz-Patienten verordnete Therapiemaßnahmen über längere Zeit einhalten. Das Herzinsuffizienz-Team der Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin, am Klinikum Wels-Grieskirchen betreut seine Patienten unter der Leitung von Priv.-Doz. Dr. Thomas Weber engmaschig nach neuesten Standards. Dafür wurde das Krankenhaus als einer von zwei Standorten in Oberösterreich durch die Österreichische Kardiologische Gesellschaft als Herzinsuffizienz-Schwerpunktklinik zertifiziert.

Bei einer Herzinsuffizienz ist das Herz nicht in der Lage, Körper und Organe ausreichend mit Blut, Sauerstoff und Nährstoffen zu versorgen. „Zu den Ursachen zählen Herzinfarkt, Bluthochdruck, Herzklappenfehler oder Herzmuskelentzündungen“, erklärt Kardiologe Thomas Weber. Bemerkbar macht sich die Erkrankung zum Beispiel durch Luftnot, Müdigkeit, Leistungsminderung und Flüssigkeitseinlagerungen in der Lunge oder in den Beinen. „Da das Herz nicht die ausreichende Menge an Blut befördern kann, wird durch einen Rückstau in den Blutgefäßen Flüssigkeit ins Gewebe gepresst“, so Weber.

Umfassend betreut durch Experten der Herzinsuffizienz-Schwerpunktklinik

Viele Formen einer Herzinsuffizienz sind heute mit den richtigen Medikamenten gut behandelbar, teils auch heilbar. „Die Zusammenstellung der ‚richtigen Mischung‘ an Medikamenten und deren Anpassung im Verlauf ist eine wesentliche Aufgabe der Herzinsuffizienz-Ambulanz, denn dadurch verbessern sich die Lebensqualität und die Lebenserwartung der Patienten deutlich“, erklärt der Welser Kardiologe. „Unsere Spezialisten prüfen regelmäßig die Notwendigkeit apparativer, interventioneller oder chirurgischer Verfahren. Auch Patienten mit seltenen Formen der Herzinsuffizienz werden von uns schwerpunktmäßig betreut, wir sind Ansprechpartner für die zuweisenden Ärzte aus dem niedergelassenen Bereich.“ Für seine umfassende Patientenbetreuung wurde das Herzinsuffizienz-Team nun ausgezeichnet und das Klinikum Wels-Grieskirchen als einer

von zwei Standorten in Oberösterreich durch die Österreichische Kardiologische Gesellschaft als Herzinsuffizienz-Schwerpunktklinik zertifiziert.

Herzinsuffizienz: In neun Schritten zu mehr Lebensqualität

Ein ganz wesentlicher Aspekt der Betreuung ist die Schulung der Patienten durch speziell ausgebildete Herzinsuffizienz-Pflegekräfte: „Denn gerade, weil es sich um eine chronische Erkrankung handelt, kann jeder und jede Betroffene mit einfachen Mitteln selbst dazu beitragen, die eigene Lebensqualität zu steigern und Krankenhausaufenthalte zu vermeiden“, betont Weber. Neun Schritte verhelfen Herzinsuffizienz-Patienten zu mehr Lebensqualität:

1 Nehmen Sie Ihre Medikamente exakt wie verordnet ein! Eine regelmäßige

Medikamenteneinnahme über einen längeren Zeitraum ist für herzgeschwächte Patienten äußerst wichtig, Lebenserwartung und Lebensqualität verbessern sich dadurch nachweislich. Eine Medikamentenbox aus der Apotheke hilft, die Einnahme zu organisieren. Nehmen Sie Ihre Medikamentenliste zu jedem Arztbesuch mit!

2 Führen Sie Tagebuch! Flüssigkeitsansammlungen machen sich rasch durch eine Gewichtszunahme bemerkbar. Wiegen Sie sich täglich und tragen Sie das Gewicht in Ihr Herzinsuffizienz-Tagebuch ein! Nehmen Sie innerhalb von 48 Stunden um mehr als eineinhalb Kilogramm zu, deutet dies auf vermehrte Flüssigkeit im Körper hin und eine Anpassung der entwässernden Medikamente kann nötig werden.

3 Reduzieren Sie Ihren Salzkonsum! Salz bindet Wasser und begünstigt Flüssigkeitsansammlungen im Körper. Verzichten Sie deshalb gänzlich auf das Nachsalzen! Verzehren Sie wenig Fertigprodukte und würzige Speisen! Salz versteckt sich vor allem in Fertigsuppen, Elektrolytgetränken, Wurst, Speck und Hartkäse.

4 Messen Sie täglich Blutdruck und Puls und tragen sie die Werte in Ihr Herzinsuffizienz-Tagebuch ein! Besprechen Sie Unregelmäßigkeiten unbedingt mit dem Arzt! So können Medikamente besser an Ihre persönliche Situation angepasst werden.

5 Achten Sie auf regelmäßige Bewegung! Betreiben Sie am besten drei bis vier Mal pro Woche moderates Ausdauertraining! Es verbessert die körperliche Belastungsfähigkeit und Lebensqualität von Herzpatienten. Das Ausmaß richtet sich nach dem aktuellen Gesundheitszustand und wird im Rahmen eines Rehabilitationsprogrammes angepasst. Nordic Walking, Schwimmen oder spazieren gehen eignen sich für einen vorsichtigen Einstieg und langsames Steigern der Intensität.

6 Halten Sie Ihr Normalgewicht! Ein Körpergewicht im Normbereich senkt die Entstehung einer Herzinsuffizienz um 30 Prozent. Die Betonung liegt auf „Normalgewicht“: Wer bereits an einer

Herzinsuffizienz leidet, sollte Untergewicht vermeiden. Das Normalgewicht wird individuell mit dem Broca-Index errechnet: Normalgewicht = Körpergröße in Zentimetern minus 100.

7 Stop smoking! Herzinsuffizienzpatienten wird vom Rauchen dringend abgeraten! Das Trinken von Alkohol ist in geringen Mengen erlaubt, zum Beispiel ein Seidel Bier oder ein Achterl Wein pro Tag. Patienten mit alkoholbedingter Herzschwäche müssen ein absolutes Alkoholverbot einhalten.

8 Planen Sie Ihren Urlaub sorgfältig! Reisen sind für Herzinsuffizienzpatienten grundsätzlich möglich, Regionen mit fehlender Gesundheitsinfrastruktur sollten gemieden werden. Ziele auf über 2.500 Metern Seehöhe oder extreme klimatische Bedingungen können eine akute Verschlechterung auslösen. Wichtig ist, ausreichend Medikamente mitzuführen. Notieren Sie die Wirkstoffe und tragen Sie Ihre Medikamente bei Flugreisen stets im Handgepäck bei sich!

9 Genießen Sie Ihr Leben! Versuchen Sie, sich trotz Ihrer Erkrankung an den schönen Dingen des Lebens zu erfreuen! Dazu zählt auch eine erfüllte Sexualität, die trotz Erkrankung erlaubt und möglich ist. Wer zwei Stockwerke ohne Pause Treppensteigen kann, ist fit für die Kreislaufbelastung beim Geschlechtsverkehr. Achten Sie zudem auf einen regelmäßigen Tag-Nacht-Rhythmus! Ausreichend Tageslicht verbessert Motivation, Stimmung und Nachtruhe. Entspannungsübungen, wie zum Beispiel autogenes Training oder progressive Muskelentspannung, helfen Ihnen in stressigen Phasen.

Bilder und Statements:

Bild: KWG_Weber_Thomas_Dr_Priv-Doz_Int_II.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: Priv.-Doz. Dr. Thomas Weber, Oberarzt an der Abteilung für Innere Medizin II, Kardiologie und Intensivmedizin, Klinikum Wels-Grieskirchen

„Gerade, weil es sich bei Herzinsuffizienz um eine chronische Erkrankung handelt, kann jeder Betroffene mit einfachen Mitteln selbst dazu beitragen, die eigene Lebensqualität zu steigern und Krankenhausaufenthalte zu vermeiden.“

Bild: KWG_HI-Ambulanz_2023_01.jpg, © Klinikum Wels-Grieskirchen / Nik Fleischmann

Bildtext: v.l.n.r.: Dr. Matthias Alberer, Priv.-Doz. Dr. Thomas Weber, OÄ Dr. Kathrin Danninger, MPH, DGKP Christine Aichhorn, DGKP Ulrike Eder, DGKP Nathalie Rak und Medizinische Sekretärin Anja Schamesberger. Das Herzinsuffizienz-Team am Klinikum Wels-Grieskirchen betreut seine Patienten engmaschig nach neuesten Standards. Dafür wurde das Krankenhaus als einer von zwei Standorten in Oberösterreich durch die Österreichische Kardiologische Gesellschaft als Herzinsuffizienz-Schwerpunktklinik zertifiziert.

Die Kardiologie am Klinikum Wels-Grieskirchen

Die Abteilung leistet seit über 35 Jahren Spitzenmedizin in der Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Heute werden pro Jahr mehr als 4.000 Eingriffe im Herzkatheterlabor vorgenommen und über 1.000 Stents gesetzt. Für die Betreuung der Patienten stehen sämtliche nicht-invasiven und invasiven Untersuchungsmethoden zur Verfügung, das therapeutische Spektrum umfasst alle Möglichkeiten der modernen Kardiologie auf internationalem Niveau. Mehr Informationen zur Kardiologie am Klinikum Wels-Grieskirchen finden Sie unter www.klinikum-wegr.at / Medizin und Pflege / Innere Medizin II.

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