

Kardiologen: Jeder siebente Infarktpatient stirbt im ersten Jahr

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind in Österreich nach wie vor die häufigste Todesursache.



Wien – Jeder siebente Patient stirbt trotz Standardtherapie innerhalb des ersten Jahres nach einem Herzinfarkt, warnten am Donnerstag österreichische Experten bei einer Pressekonferenz in Wien. „Das müsste nicht sein!“, betonte Kurt Huber, Herzspezialist am Wilhelminenspital der Stadt Wien. Laut den Fachleuten vom Österreichischen Herzfonds, der 40 Jahre alt ist, tragen zur hohen Mortalität auch die mangelnde Therapietreue sowie ein anhaltend ungesunder Lebensstil bei.

Huber: „Patienten sollen wissen, dass Sie nach einem Herzinfarkt selbst eine Entscheidung für's Leben treffen können!“ Die drei wichtigsten und überlebensnotwendigen Maßnahmen für Betroffene seien:

- Regelmäßige Medikamenteneinnahme
- Regelmäßige Kontrolle wichtiger Werte, wie Blutdruck (unter 130/80 mmHg), Blutzucker (HbA1c-Langzeitwert Wert möglichst bei 6,5 Prozent) und Cholesterin (LDL-Cholesterin unter 70 Milligramm pro Deziliter Blut)
- Gesunder Lebensstil (z.B. dreimal wöchentlich Ausdauertraining)

Ein neuer Therapie-Pass, der vom Österreichischen Herzfonds mit Unterstützung des Pharmakonzerns AstraZeneca entwickelt wurde, soll Patienten durch die ersten zwölf Monate nach dem Herzinfarkt begleiten und helfen, Herz-Kreislauf-Todesfälle zu verhindern. Otmar Pachinger, Präsident des Österreichischen Herzfonds: „Ein gesundes Leben zu führen, bedeutet keineswegs, auf ein gutes Leben zu verzichten.“ Ausdauertraining (z.B. Nordic Walking) im Ausmaß von dreimal 45 Minuten pro Woche schütze das Herz.

Mit zusätzlichem, gezieltem Krafttraining könnten Muskulatur, Kraft und Koordination erhalten werden. Der Innsbrucker Kardiologe: „Wenn möglich, sollte man das körperliche Training in den Alltag einbauen“. Auch Fernreisen oder einem Aufenthalt in den Bergen stünde nach Rücksprache mit dem behandelnden Arzt nichts im Wege. Kein Patient müsse auch aus Gründen der Vorsicht auf ein erfülltes Sexualleben verzichten. (APA)