

## **Schnell außer Atem? Oft müde? Leistungsabfall? Geschwollene Beine? Eine Herzschwäche kann die Ursache sein**

Die Herzschwäche (Herzinsuffizienz) ist eine ernste Erkrankung und zählt zu den häufigsten Anlässen für Krankenhausaufenthalte mit jährlich rund 465.000 Klinikaufnahmen. Experten schätzen die Zahl der Patienten mit Herzschwäche auf bis zu vier Millionen in Deutschland. Jährlich sterben über 40.000 Menschen an Herzinsuffizienz. Bedingt durch die steigende Lebenserwartung dürfte die Zahl der Betroffenen weiter zunehmen, so dass die Herzschwäche auch als „Epidemie des 21. Jahrhunderts“ eingestuft wird.

Herzschwäche ist keine eigenständige Erkrankung. In ihr münden andere Herzkrankheiten – bei Weitem am wichtigsten: die koronare Herzkrankheit (Verengung der Gefäße, die das Herz mit Blut versorgen) und hoher Blutdruck, allein oder gemeinsam mit Diabetes. Besonders gefährlich wird es, wenn koronare Herzkrankheit, hoher Blutdruck und Diabetes gemeinsam auftreten. Dann steigt die Wahrscheinlichkeit einer Herzschwäche. Auch die Dreierkombination Übergewicht, Bluthochdruck, Diabetes erhöht das Risiko, eine Herzschwäche zu entwickeln, um ein Vielfaches.

Die Herzschwäche hat zur Folge, dass nicht mehr genügend Blut und damit Sauerstoff und Nährstoffe zu Organen wie Gehirn, Nieren oder Muskeln gepumpt werden. Meistens macht sich die Herzschwäche mit unspektakulären Symptomen und schleichend mit Atemnot, Leistungsabnahme und Schwellungen an den Beinen (Knöchelödeme) bemerkbar. Ein großes Problem: Die Betroffenen nehmen solche Symptome oft als altersbedingt hin. Ihnen ist nicht bewusst, dass sie an einer ernstzunehmenden Erkrankung mit einer schlechten Prognose leiden. Doch das „schwache Herz“ ist keineswegs eine normale Alterserscheinung. Jeder, der unter Atemnot leidet, sollte den Arzt aufsuchen, um zu klären, ob es sich um eine Herzkrankheit handelt.

Denn je früher eine Herzschwäche erkannt und behandelt wird, desto günstiger ist ihr Verlauf und desto besser ist vor allem die Lebensqualität der Betroffenen.

Weitere Informationen der Deutschen Herzstiftung zur Herzschwäche finden Sie unter [www.herzstiftung.de/herzwochen2020](http://www.herzstiftung.de/herzwochen2020)