

Ä N E
Ärztenetz Eitorf e.V.
1. Vorsitzender
Dr. med. Klaus Rösing
Facharzt f. Allgemeinmedizin, Umweltmedizin

53783 Eitorf
Asbacher Str. 12
Tel.: 02243/2444
Fax: 02243/912730
eMail: arzt@dr-roesing.de
Internet: www.aene.de

ÄNE E.V., DR.MED.K.RÖSING,ASBACHER STR.12,53783 EITORF

Eitorf, den 23.11.2020

Ärztenetz Eitorf (ÄNE) e.V. informiert

Jubiläumsveranstaltung 20. Eitorfer Herzwochen online auf Facebook

Thema: „Das schwache Herz: Erkennung und Behandlung der Herzinsuffizienz“

Bewegung – vernünftige Ernährung – Verzicht aufs Rauchen

Das sind die drei wichtigsten Grundprinzipien der Vermeidung einer Herzschwäche.

In den letzten Wochen haben wir viel über die Herzschwäche, auch Herzinsuffizienz genannt, gesprochen und geschrieben. Auf unserer Facebookseite „Eitorfer Herzwochen“ können Sie zahlreiche Videovorträge und geteilte Beiträge anderer Anbieter, in erster Linie der Deutschen Herzstiftung, abrufen. Auch hier im Mitteilungsblatt haben wir über das Wesen der Erkrankung und ihre Anzeichen geschrieben. Oberstes Ziel für jeden von uns bleibt die Vermeidung der Entwicklung dieser Krankheit. Vorbeugen ist immer besser als Heilen.

Wichtigste Ursache der Herzschwäche ist die Koronare Herzkrankheit (KHK), also die Verengung der Herzkranzgefäße. Diese versorgen den Herzmuskel mit Blut und dadurch mit Sauerstoff und Nahrung. Eine schlechte Blutversorgung bedeutet also, dass der Herzmuskel verhungert und erstickt. Im schlimmsten Fall kommt es zum Herzinfarkt. Die Verursacher der KHK sind Bluthochdruck, Stoffwechselkrankheiten wie erhöhte Blutfette, Zuckerkrankheit und auch Gicht. Und ganz besonders der Tabakkonsum führt zu Gefäßschäden. Am schlimmsten sind Kombinationen aus mehreren dieser Faktoren.

So weit die beunruhigenden Fakten. Und hier kommt die gute Nachricht: all diesen Gesundheitsstörungen, die letztlich zu einer Herzschwäche führen, kann durch eine gesunde Lebensweise entgegengewirkt werden. Und das sogar ohne Medikamente! Eindrucksvoll hat das der selbst von KHK und Herzinfarkt betroffene Ralph Lorenz aus Windeck in seinem Bekennervideo beschrieben, das auf unserer Facebookseite zu sehen ist. Dort finden Sie auch die Antworten unserer Expertenrunde auf Ihre Fragen.

Mit dem 7. November ist die 20. Eitorfer Herzwochenaktion keineswegs beendet. Bleiben Sie auf Facebook weiter am Ball! Die Herzwochen der Deutschen Herzstiftung laufen den ganzen November hindurch und so lange wird es immer wieder neue und interessante Beiträge auf unserer Facebookseite geben. Auch danach kann die Seite weiter aufgerufen werden.

Dr. Klaus Rösing