



DGK.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100
40237 Düsseldorf
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-43
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10
E-Mail: presse@dgk.org
Web: www.dgk.org

Mit Herzerkrankungen leben – Tipps von Kardiologie-Experten

Mit der ersten Diagnose ändert sich für die meisten Patient*innen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen das Leben schlagartig. Drei Experten der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie geben Tipps für den Alltag: Wie viel Sport wann angebracht ist, welchen Einfluss elektromagnetische Felder auf Herzschrittmacher und Defibrillatoren haben und wie Smartphone & Co. den Betroffenen helfen können.

Mannheim / Düsseldorf, 22. April 2022 – Sport oder besser nicht? Die Frage stellen sich viele Patient*innen, nachdem sie von ihrer Herzerkrankung erfahren haben. Ob und wann Sport gesundheitsfördernd oder -schädlich ist, beantwortete Prof. Dr. Ulrich Laufs aus Leipzig heute während einer Pressekonferenz der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK): „Grundsätzlich hat sich die Sichtweise der modernen Kardiologie im Zeitverlauf der vergangenen 20 Jahre hinsichtlich des Nutzens von körperlicher Aktivität weiterentwickelt. Wurde früher bei (schwerwiegenden) Herzerkrankungen eher auf Schonung denn auf Belastung gesetzt, hat sich der Ansatz nahezu völlig umgekehrt. Inzwischen gilt es, generell die enormen gesundheitlich positiven Effekte von körperlicher Aktivität zu nutzen.“ Die europäischen Behandlungsleitlinien empfehlen sowohl Geschicklichkeits-, Kraft- und Gewichts- als auch Ausdauersport, wobei letzterer gerade für Herzpatient*innen am vorteilhaftesten zu sein scheint. Doch welche Sportart von den Patient*innen gewählt wird, steht für den Kardiologen Laufs letztlich gar nicht an erster Stelle: „Es ist vor allem wichtig, eine Aktivität zu finden, die der persönlichen Neigung entspricht und die auch über längere Zeit ausgeübt werden kann.“

Nur in seltenen Ausnahmen wird Sport nicht empfohlen

Trotz der grundsätzlich kaum zu unterschätzenden Vorteile von körperlicher Aktivität bei Herzerkrankungen, gibt es einige wenige Ausnahmen, in denen Sport eher schädlich sein kann. Bei Herzmuskelentzündungen – die im Zuge der vielen COVID-Erkrankungen derzeit häufiger auftreten als früher – muss Sport unbedingt vermieden werden, um dauerhafte Schädigungen des Herzmuskels zu vermeiden. Ebenso keinen Sport machen sollten Patient*innen mit schweren Formen von Herzklappenerkrankungen und unbehandeltem Bluthochdruck oder nicht therapierten Herzrhythmusstörungen. „Bei schwerwiegenden kardiovaskulären Krankheiten lautet die Reihenfolge: erst um die Erkrankung kümmern, dann die körperliche Aktivität aufbauen“, so Laufs.

Trotz Herzschrittmacher ins Elektroauto, durch den Metalldetektor und ins MRT?

Patient*innen, die so genannte aktive Implantate tragen, beispielsweise Herzschrittmacher oder implantierbare Defibrillatoren, machen sich häufig Sorgen, ob elektromagnetische Felder die Funktion ihrer Implantate stören oder sogar unterbrechen können. Die Frage ist von Relevanz, da im Prinzip jedes elektrische Gerät mit seinem elektromagnetischen Feld auf einen Schrittmacher oder implantierten Defibrillator Einfluss nehmen kann.

PD Dr. Carsten Israel gibt im Rahmen der Pressekonferenz jedoch Entwarnung: Moderne Implantate sind deutlich besser vor elektromagnetischen Einflüssen abgeschirmt als ältere Modelle – wobei dies schon für Geräte gilt, die seit dem Jahr 2002 hergestellt wurden. „Heute sind praktisch nur noch Geräte implantiert, die jünger als 20 Jahre sind“, sagt der DGK-Experte. Magnetische Bauteile



DGK.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100
40237 Düsseldorf
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-43
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10
E-Mail: presse@dgk.org
Web: www.dgk.org

in Schrittmachern und implantierbaren Defibrillatoren wurden in den neueren Geräten durch nicht-magnetische ersetzt.

Implantatträger*innen können sich auch gefahrlos einer MRT-Untersuchung unterziehen, selbst wenn ihre Geräte nicht ausdrücklich für eine MRT-Untersuchung zugelassen sind. Bereits 2017 konnte das durch zwei Studien belegt werden. Das Fazit der Studien: Bei keinen Patient*innen war es während der MRT-Untersuchung aus technischen Gründen zu einem Problem mit den Implantaten gekommen.

Smarte Geräte im Alltag

Im Alltag übernehmen digitale Geräte durch immer neue Funktionen vielfältige Aufgaben. Im Bereich der medizinischen Versorgung ist das nicht anders. Smartwatches verfügen teilweise über diagnostischen Anwendungen, die im Alltag genutzt werden können. Ein aktuelles Beispiel ist die Aufdeckung von Vorhofflimmern-Episoden. Mit Hilfe geeigneter Smartwatches können zum Beispiel 1-Kanal-EKG abgeleitet werden, die einen Nachweis der Herzrhythmusstörung ermöglichen.

„Mit Hilfe solcher und ähnlicher Messungen kann die Wahrscheinlichkeit für ein Vorhofflimmern berechnet werden“, erklärte Prof. Dr. Peter Radke, Experte der DGK für Mobile Devices, während der Pressekonferenz am Freitag. „Diese Technologie reicht aber alleinig nicht aus, um die Diagnose definitiv stellen zu können. Hier muss eine Verifizierung durch Ärztin oder Arzt erfolgen.“

Medienkontakt:

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie

Pressesprecher: Prof. Dr. Michael Böhm (Homburg/Saar)

Pressestelle: Kerstin Kacmaz, Tel.: 0211 600 692 43, Melissa Wilke, Tel.: 0211 600 692 13

presse@dgk.org

*Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz und Kreislaufforschung e.V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine gemeinnützige wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit mehr als 11.000 Mitgliedern. Sie ist die älteste und größte kardiologische Gesellschaft in Europa. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder und die Erstellung von Leitlinien. Weitere Informationen unter www.dgk.org. Wichtige Informationen für Nicht-Mediziner*innen stellt die DGK auf den Seiten ihres Magazins „HerzFitmacher“ zusammen: www.herzfitmacher.de*