

Rauchfrei für ein gesundes Herz

BERLIN – Fast sechs Millionen Menschen sterben weltweit jährlich aufgrund von Nikotinkonsum – so Schätzungen der Weltgesundheitsorganisation (WHO). Besonders Blutgefäße und Herz leiden unter dem blauen Dunst. Über ein Drittel aller Herzinfarkte in Deutschland sind auf das Rauchen zurückzuführen. Zum Weltnichtrauchertag (31. Mai) empfiehlt das IPF, auf Nikotin zu verzichten und die Herzgesundheit überprüfen zu lassen.

Check für Herz und Kreislauf

Nikotin wirkt nicht nur blutdrucksteigernd. Giftstoffe wie Kohlenmonoxid, Benzpyrene und Glykoproteine schädigen auch die innerste Schicht der Blutgefäße. So steigt die Gefahr, dass sich die Gefäße verhärteten und verengen. Eine solche Arteriosklerose zählt zu den wesentlichen Risikofaktoren für einen Herzinfarkt. Raucher können ihr persönliches Risiko mit einem Labortest klären lassen: Der Arzt bestimmt den Blutdruck, den Blutzuckerspiegel sowie die Blutfettwerte. Anschließend kann er anhand des PROCAM-Scores (PROspective Cardiovascular Münster Study, einer Beobachtungsstudie der Universität Münster) annähernd ermitteln, ob dem Patienten in den nächsten zehn Jahren ein Herzinfarkt droht.

Herzinsuffizienz frühzeitig erkennen

Da Rauchen die Zusammensetzung der Blutfettwerte negativ beeinflusst, erleiden Raucher neben Herzinfarkt und Schlaganfall auch häufiger eine Herzschwäche (Herzinsuffizienz). Je mehr Blutfett sich an den Gefäßwänden absetzt und die Gefäße verengt, desto weiter muss das Herz sich dehnen, um ausreichend Blut durch den Körper zu pumpen. Auf Dauer führt dies zu abnehmender körperlicher Belastbarkeit, Atemnot, Müdigkeit und Schwächegefühl. Ein Test auf bestimmte Peptide im Blut liefert frühe Hinweise auf Funktionsstörungen, wie sie als Folge einer Minderdurchblutung des Herzmuskels bei koronarer Herzkrankheit auftreten können.

Weitere Informationen enthält das IPF-Faltblatt „Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf der Spur“. Es kann kostenlos unter www.vorsorge-online.de heruntergeladen werden. Wer keinen Internetanschluss hat, kann das Faltblatt auch schriftlich bestellen beim IPF-Versandservice, Postfach 27 58, 63563 Gelnhausen. Dabei unbedingt den Titel des IPF-Faltblatts angeben, Namen und vollständige Adresse.

Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über zehn Jahren veröffentlicht das IPF in Zusammenarbeit mit anerkannten Experten Broschüren und Faltblätter zu einzelnen Krankheiten und deren Früherkennung. Diese Veröffentlichungen können kostenlos angefordert werden. Das IPF wird vom Verband der Diagnostika-Industrie (VDGH) unterstützt. Seine Neutralität wird durch einen wissenschaftlichen Beirat gewährleistet, dem erfahrene Ärzte angehören. Weitere Informationen erhalten Sie unter www.vorsorge-online.de

AUSGABEDATUM

26.05.2014

RÜCKFRAGEN AN

Julia Valtwies

Redaktionsleiterin

T 030-200 599 48

presse@vorsorge-online.de

www.vorsorge-online.de

twitter.com/vorsorgeonline