

Wechseljahre: aufs Herz achten

BERLIN – Hitzewallungen, Schlafstörungen, Stimmungsschwankungen: Diese Beschwerden gelten als typische Begleiter in den Wechseljahren. Frauen sollten jedoch auch ihre Herzgesundheit im Blick behalten. Laut Expert*innen steigt vor allem bei frühen Wechseljahren die Wahrscheinlichkeit für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie Koronare Herzkrankheit (KHK), Schlaganfall oder Herzinsuffizienz. Labortests dabei helfen, Risikofaktoren für die Herzgesundheit rechtzeitig zu erkennen.

Hormonumstellung belastet auch das Herz

Während der Wechseljahre stellt der Organismus nach und nach die Produktion des weiblichen Sexualhormons Östrogen ein. Dieser Prozess beginnt meist in einem Alter zwischen 45 und 55 Jahren. Durch den Mangel an Östrogen können Blutgefäße beeinträchtigt werden, wodurch der Blutdruck ansteigen kann. Hinzu kommt, dass Fett sich vermehrt im Bauchbereich abgelagert, was das Risiko für Fettablagerungen um die Organe erhöht. Ebenso können die Blutfettwerte ansteigen und es kann zu Insulinresistenz kommen. All das wirkt sich negativ auf die Herzgesundheit aus.

Labortests helfen bei Früherkennung

Treten die Wechseljahre früher ein, steigt entsprechend auch die Belastung fürs Herz. Langzeitstudien zeigen: Im Vergleich zu einem durchschnittlichen Menopausealter geht ein vorzeitiger Eintritt in die Wechseljahre mit einem um jeweils 11 Prozent höheren Risiko für eine KHK bzw. einen Schlaganfall einher. Die Gefahr für Ablagerungen in den Arterien sowie Herzschwäche steigen mit zwölf Prozent bzw. neun Prozent ebenfalls deutlich. Fachleute sprechen sich dafür aus, Frauen mit frühen Wechseljahren sorgfältig zu begleiten. Dabei sind Labortests essenziell: Mit Bluttests können beispielsweise die Blutfettwerte wie Cholesterin und Triglyzeride überprüft werden, um gefährliche Veränderungen zeitig zu erkennen und zu behandeln.

Weitere Informationen enthalten die IPF-Faltblätter „Wechseljahre“ und „Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf der Spur“. Sie können unter www.vorsorge-online.de heruntergeladen oder bestellt werden. Weitere Bestellmöglichkeit: IPF-Versandservice, Postfach 12 44, 63552 Gelnhausen. Dabei unbedingt Titel, Namen und vollständige Adresse angeben.

Das Infozentrum für Prävention und Früherkennung (IPF) informiert die Öffentlichkeit über bestehende Möglichkeiten der Krankheitsvorsorge durch Laboruntersuchungen. Seit über 15 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 Diagnostica-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
18.10.2023

RÜCKFRAGEN AN
Susanne Gerhards
Redaktionsleiterin
T 030-200 599 48
presse@vorsorge-online.de
www.vorsorge-online.de
twitter.com/vorsorgeonline