



Weiterführende Informationen zum Thema **Prävention**

01/ 2010

Mithilfe der Echokardiographie können wir eine Aussage über die Größe und Beweglichkeit des Herzmuskels, Klappenfunktion und damit indirekt über die Herzleistung treffen. Sie gibt uns auch Hinweise auf Durchblutungsstörungen der Herzkranzgefäße. Das Belastungs-EKG zeigt uns die Belastbarkeit und verdächtige St-Strecken, die ein Hinweis für eine koronare Herzkrankheit sein können. Durch die dabei gemessenen Blutdruckwerte kann ein Belastungshochdruck diagnostiziert oder eine Blutdruckeinstellung kontrolliert werden.

Der Nierenarteriendoppler dient zur Ursachenforschung beim **Bluthochdruck**, um z.B. Nierengefäßverengungen festzustellen. Die Stressechokardiographie gibt zusätzliche Informationen über die Wandbeweglichkeit des Herzmuskels unter Belastung und damit wiederum über die **Herzkranzgefäße**. Die Spiroergometrie dient besonders zur Leistungsdiagnostik und zur Differenzierung von „Leistungsschwäche“. Eine zusätzliche Laktatmessung unter Belastung verbessert die Aussage zum Trainingseffekt.

Der Carotisdoppler zeigt eventuelle **Kalkeinlagerungen** in den Halsgefäßen. Die Doppleruntersuchung der peripheren Gefäße zeigt ebenfalls Kalkeinlagerungen, Verengungen und eventuelle Thrombosen. Beim Herzkatheter (der Koronarangiographie) können ggf. die Herzkranzgefäße mittels Kontrastmittel und Röntgen dargestellt werden. Durch Blutuntersuchungen wird eine Aussage über den **Fettstoffwechsel** getroffen. Eine 24 h Blutdruckmessung zur Feststellung und Überwachung eines Bluthochdrucks oder eine Langzeit-EKG-Untersuchung über ein bis sieben Tage komplettieren das Bild.

So können wir eine **umfassende Diagnostik** des Herz- und Gefäßsystems bieten und damit helfen, durch Medikamente, Ernährungsumstellung, Bewegung oder durch Kathetereingriffe das Risiko zu verringern.

Natürlich bieten wir auch Schulungen durch speziell ausgebildetes Personal zu den wichtigen Themen an:

- Hypertonusschulung
- Ernährungsschulung
- Gerinnungsschulung
- Frauen und Herz – Gender Medizin

Das Wichtigste kann allerdings der Patient/die Patientin selbst tun - d.h. Verantwortung für die eigene Gesundheit übernehmen und eine entsprechende Veränderung des Lebensstils vorbeugend (präventiv) anzustreben.