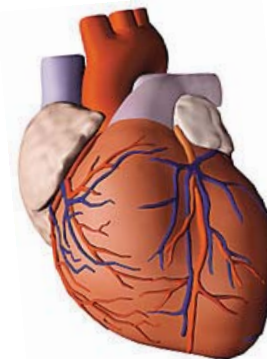


# KORONARE HERZKRANKHEIT – WAS IST DAS?



Quelle: [www.internisten-im-netz.de](http://www.internisten-im-netz.de)

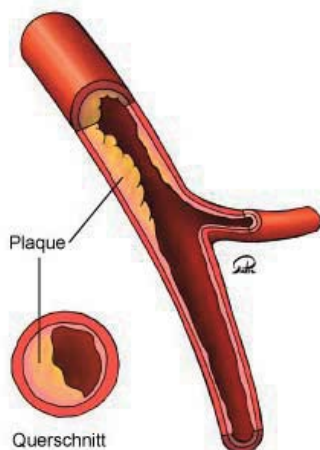
### LIEBE PATIENTIN, LIEBER PATIENT,

Ihr Arzt hat bei Ihnen eine chronische koronare Herzkrankheit (KHK) festgestellt. Das ist eine ernst zu nehmende Erkrankung, die ein Leben lang bestehen bleibt. Bei gezielter Behandlung können Sie aber einen Zustand erreichen, der dem eines gesunden Menschen vergleichbar ist.

#### ► WIE ENTSTEHT EINE KHK?

Eine KHK entsteht durch verengte Herzkranzgefäße. Diese Gefäße heißen so, weil sie wie ein Kranz um das Herz liegen. Sie versorgen das Herz mit Blut, welches den lebenswichtigen Sauerstoff transportiert. Die Verengungen entstehen durch Fett- und Kalkablagerungen an den Innenwänden der Herzkranzgefäße (Plaques, die sogenannte Arteriosklerose).

Eine Folge davon ist, dass das Herz nicht mehr ausreichend Sauerstoff bekommt. Besonders bei körperlicher Belastung kann es dann nicht mehr genügend Blut durch den Körper transportieren, und es treten Beschwerden auf.



Durch die Plaqueablagerungen wird der Blutfluss verringert.

#### ► RISIKOFAKTOREN FÜR EINE KHK

Eine Reihe von Einflüssen kann eine KHK begünstigen. Ein erhöhtes Risiko für Ihre Herzkranzgefäße besteht:

- wenn Sie rauchen
- wenn Sie sich wenig bewegen
- wenn Sie sich ungesund ernähren oder an Übergewicht leiden
- wenn Ihre Blutfettwerte ungünstig sind
- wenn bei Ihnen eine Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) vorliegt
- wenn Sie einen hohen Blutdruck haben
- bei emotionaler Belastung

#### ► BESCHWERDEN

Bei einer KHK treten nicht ständig Beschwerden auf. Im Verlauf kann es aber immer wieder zu Beschwerden kommen, die unterschiedlich stark sein können. Wie stark sie sind, hängt davon ab, welche Herzkranzgefäße an welcher Stelle verengt sind.

Auftreten können:

- (starke) Schmerzen hinter dem Brustbein, die häufig in den Hals, Kiefer, in die Arme oder den Oberbauch ausstrahlen
- Luftnot, Atemnot
- Schweißausbrüche oder Übelkeit
- ein Gefühl der Lebensbedrohung

Unter einer sogenannten Angina pectoris versteht man ein anfallsartiges Engegefühl oder Schmerzen in der Brust, die sich meist unter körperlicher Belastung oder Stress einstellen.

Eine KHK kann zu weiteren schweren Erkrankungen wie Herzinfarkt, Herzrhythmusstörungen oder Herzmuskelschwäche führen und damit lebensbedrohlich werden. Deshalb sollten Sie mit Ihrem Arzt genau durchsprechen, was bei einem Notfall zu tun ist. Auch Ihre Angehörigen sollten darüber Bescheid wissen.

### ► BEHANDLUNG

Heilen kann man eine KHK nicht, aber bei gezielter Behandlung und Beachtung der Risikofaktoren kann die gleiche Lebensqualität wie bei Gesunden erreicht werden. Egal, ob Sie Beschwerden haben oder nicht, diese Medikamente sollten Sie einnehmen:

- **Thrombozytenaggregationshemmer:** Sie verhindern, dass sich Blutplättchen an den Wänden der Herzkranzgefäße anlagern.
- **Statine:** Sie beeinflussen die Blutfette positiv. So lagern sich weniger Plaques innen an die Gefäße.
- **Betablocker:** Sie senken den Blutdruck und verlangsamen den Herzschlag. Das entlastet das Herz, besonders wichtig nach einem Herzinfarkt.

Es gibt weitere Medikamente und Verfahren, mit denen sich eine KHK behandeln lässt, zum Beispiel mit einem Herzkatheter – das ist ein sehr dünner Schlauch – oder auch mit einer Operation. Genaue Informationen über die einzelnen Behandlungsmöglichkeiten finden Sie in der PatientenLeitlinie (siehe Kasten).

### ► MEHR INFORMATIONEN

Diese Patienteninformation beruht auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und fasst wichtige Punkte der PatientenLeitlinie „Chronische KHK“ zusammen.

#### Weiterführende Links

PatientenLeitlinie „Chronische KHK“:

[www.patienten-information.de/patientenleitlinien](http://www.patienten-information.de/patientenleitlinien)

An der PatientenLeitlinie beteiligte Selbsthilfeorganisationen bzw. Kooperationspartner:

[www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe](http://www.patienten-information.de/patientenbeteiligung/selbsthilfe)

[www.azq.de/pf](http://www.azq.de/pf)

#### Kontakt zu Selbsthilfegruppen

Wo Sie eine Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe finden, erfahren Sie bei der NAKOS

(Nationale Kontakt- und Informationsstelle zur Anregung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen):

[www.nakos.de](http://www.nakos.de), Tel.: 030 3101 8960

#### PatientenLeitlinien

PatientenLeitlinien übersetzen die Behandlungsempfehlungen ärztlicher Leitlinien in eine für Laien verständliche Sprache. Sie geben wichtige Hintergrundinformationen zu den Ursachen, Untersuchungs- und Behandlungsmethoden einer Erkrankung. Träger des Programms zur Entwicklung ärztlicher Leitlinien (sogenannter „Nationaler VersorgungsLeitlinien“) und der jeweiligen Patientenversionen sind die Bundesärztekammer (BÄK), die Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) und die Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF).

Verantwortlich für den Inhalt:

Ärztliches Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ)

Gemeinsames Institut von BÄK und KBV

Telefon: 030 4005-2500 • Telefax: 030 4005-2555

E-Mail: [patienteninformation@azq.de](mailto:patienteninformation@azq.de)

Mit freundlicher Unterstützung

der Kassenärztlichen Bundesvereinigung

**KBV**

Kassenärztliche  
Bundesvereinigung

### ► WAS SIE SELBST TUN KÖNNEN

- nicht rauchen
- Sport treiben und in Bewegung bleiben
- auf Ihr Gewicht und Ihre Ernährung achten
- regelmäßig Blutdruck, Blutfette und Blutzucker kontrollieren lassen
- jährlich an der Grippe-Schutzimpfung teilnehmen
- sich mit anderen austauschen und die Menschen, mit denen Sie täglich zusammen sind, über Ihre Erkrankung informieren

Nehmen Sie nicht nur Ihre Medikamente ein, sondern beeinflussen Sie auch Ihren Lebensstil, es lohnt sich! In Patientenschulungen können Sie lernen, diese Tipps umzusetzen. Sie können auch an einem speziellen KHK-Versorgungsprogramm teilnehmen (kurz: DMP KHK). Ziel ist, dass Ihre Versorgung durch Haus- und Fachärzte aufeinander abgestimmt ist. Sprechen Sie Ihren Arzt auf diese Möglichkeit an.

Mit freundlicher Empfehlung