

# Handout: Herzinfarkt

## Definition:

- Vollständiger Verschluss des Herzkranzgefäßes
- Bei keiner medizinische Hilfe: meist tödlich
- Blutfluss zum Herzmuskel wird unterbrochen
- Teil des Herzmuskelt erhält keinen Sauerstoff und stirbt ab
- Gefahr von Herz-Kreislauf-Stillstand

## Ursachen:

- Durchblutungsstörungen in den Herzkranzgefäßen
- Entzündung des Herzkranzgefäßes

## Risikofaktoren:

- Ungesunde Ernährung
- Übergewicht
- Bewegungsmangel
- Rauchen
- Alkoholmissbrauch
- Hoher Blutdruck
- Diabetes
- Stress

## Symptome:

- Anhaltende Brustschmerzen
- Massives Engegefühl
- Heftiges Brennen
- Übelkeit, erbrechen
- Atemnot
- Schmerzen im Oberbauch
- Frauen: Rückenschmerzen oder Kieferschmerzen

## Behandlungsmethoden:

- **Bei Bewusstsein:**
  - Betroffenen beruhigen
  - Oberkörper hoch lagern
  - Langsam und tief einatmen lassen
  - Betreuen, bis Rettung kommt

- **Nicht mehr bei Bewusstsein:**
  - Atmung überprüfen:
    - Wenn ja: Stabile Seitenlage
    - Wenn nein: Reanimation, Defibrillator
- Meist Opiate gegen Schmerzen
- Sauerstoff und Nitrate für die Versorgung des Herzmuskels
- Acetylsalicylsäure gegen Blutgerinnsel

### **Folgen:**

- Chronische Herzschwäche
- Depressionen
- Herz-Rhythmus-Störungen
- Akute Herzschwäche
- Lassen sich, mit einem guten Lebensstil verhindern.

### **Vorbeugung:**

- Gesunde Ernährung
- Ausreichend Bewegung
- Kein Rauchen
- Stress vermeiden
- Nicht abwarten - gleich zum Arzt gehen