

Die Erkrankung Herzschwäche

Bei der Herzschwäche, von Ärzten als Herzinsuffizienz bezeichnet, schafft es der geschwächte Herzmuskel nicht mehr, das Blut in ausreichendem Umfang durch den Körper zu pumpen. Die **verminderte Pumpleistung** kann von der rechten oder der linken Herzkammer ausgehen.

Rechtsherzinsuffizienz

Es strömt mehr Blut aus dem Körperkreislauf nach, als die rechte Herzkammer zur Lunge weiter transportieren kann. Es entsteht ein Rückstau, der den Druck in den Venen so stark erhöht, dass Flüssigkeit in das Gewebe gepresst wird. Es entstehen Wassereinlagerungen im Körper.

Linksherzinsuffizienz

Die linke Herzkammer kann das Blut nicht mehr in vollem Umfang durch den Körper pumpen, wodurch Organe und Gewebe schlechter durchblutet werden. Das Blut staut sich von der linken Herzhälfte bis in die Lungengefäße. Wassereinlagerungen in der Lunge sind meistens die Folge. Betroffene leiden deshalb häufig unter Atemnot und Ermüdung.

Symptome der Herzschwäche

Geschwollene Füße, Erschöpfung oder Schlafprobleme werden häufig als eine normale Folge des Alters angesehen. Sie können aber auch Anzeichen einer Herzschwäche sein, deshalb riskieren Sie nicht wertvolle Lebensjahre, sondern gehen Sie zum Arzt, wenn Sie unter diesen Symptomen leiden:

- Ihre Schuhe passen nicht mehr richtig, weil Ihre **Füße** und **Knöchel angeschwollen** sind. Die Ursache hierfür könnten Wassereinlagerungen sein, die auch der Grund für **plötzliche, unbegründete Gewichtszunahme** sein können.
- Sie nach Alltagsaktivitäten, wie Treppen steigen oder Einkaufen, **kurzatmig** und **erschöpft** sind. Die **Atemnot** kann durch die verminderte Pumpkraft des Herzens entstehen, wodurch weniger sauerstoffreiches Blut in den Körper gelangt.
- Sie **schlafen schlecht**, weil Sie Atemprobleme beim Liegen haben und nur durch eine **aufrechtere Position** mit Hilfe von Kissen Linderung erhalten. Der Grund hierfür könnten Wassereinlagerungen in der Lunge sein.



Das Herz – der Motor unseres Körpers

Erfahren Sie mehr
zu Aufbau, Funktion und der
Erkrankung Herzschwäche

Das menschliche Herz schlägt Tag für Tag in unserer Brust, etwa 100.000 Mal täglich – eine Pause darf es nicht einlegen, denn jede Minute muss es rund fünf Liter Blut durch den Körper pumpen, um unsere Organe mit Sauerstoff zu versorgen. Für diese lebenswichtige Aufgabe ist das Herz raffiniert konstruiert.

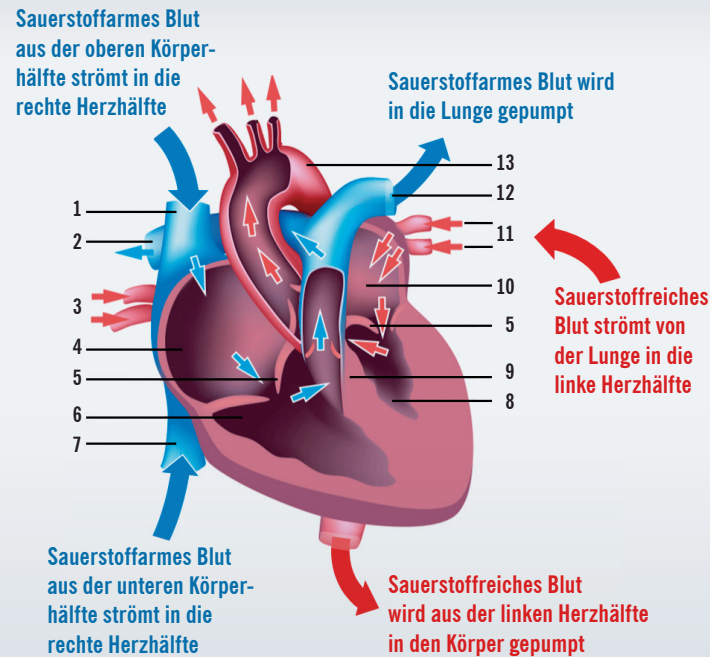
Wie ist unser Herz aufgebaut?

Das Herz ist ein kräftiger, hohler **Muskel**, der in etwa der Größe einer Faust entspricht und rund 320 Gramm schwer ist.

Das Herz unterteilt sich in **zwei Hälften**, das linke und das rechte Herz. Die **Kammerscheidewand (9)** trennt die beiden Hälften voneinander.

Jede Hälfte ist wiederum unterteilt in einen kleineren **Vorhof (4+10)** und eine größere, leistungsfähigere **Herzkammer (6+8)**.

Die **Herzklappen (5)**, kleine Ausstülpungen der Herzhinnenhaut, grenzen den Vorhof von der Herzkammer ab. Sie sorgen wie ein Ventil dafür, dass das in den Vorhöfen gesammelte Blut, in kleinen Portionen unterteilt, in die Herzkammer abgegeben wird und nicht mehr zurückfließen kann.



- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| 1 Obere Hohlvene | 8 Linke Herzkammer |
| 2 Rechte Pulmonalarterie | 9 Kammerscheidewand |
| 3 Rechte Pulmonalvenen | 10 Linker Vorhof |
| 4 Rechter Vorhof | 11 Linke Pulmonalvenen |
| 5 Herzklappe | 12 Linke Pulmonalarterie |
| 6 Rechte Herzkammer | 13 Aorta |
| 7 Untere Hohlvene | |

Wie funktioniert unser Herz?

Ein gesundes Herz schlägt zwischen 60 und 90 Mal pro Minute, unter Anstrengung noch viel häufiger. Der **Takt**, in dem das Herz schlägt, wird vom **Sinusknoten**, eine Gruppe von Zellen in der rechten Vorhofwand, bestimmt.

Der Herzschlag unterteilt sich in zwei unterschiedliche Phasen: Die **Systole** und die **Diastole**, die manch einem auch vom Blutdruck messen als **oberer** und **unterer Blutdruckwert** bekannt sein werden.

In der **Systole (Kontraktionsphase)** zieht sich der Herzmuskel zusammen und pumpt über die linke Herzseite **sauerstoffreiches Blut** in den Körper, um die Organe und das Körpergewebe zu versorgen. Man spricht hier vom **großen Blutkreislauf**. Gleichzeitig wird aus der rechten Herzhälfte Blut in die Lunge gepumpt. Dort nimmt das Blut neuen Sauerstoff auf. Dies bezeichnet man als **kleinen Blutkreislauf**.

In der **Diastole (Ruhephase)** wird das vom Körper verbrauchte, **sauerstoffarme Blut** von der rechten Herzhälfte angesogen. Gleichzeitig füllt sich die linke Herzhälfte mit dem **sauerstoffreichen Blut** aus der Lunge. Von der linken Herzhälfte gelangt das sauerstoffreiche Blut wieder in der Systole in den großen Blutkreislauf.