



Patienteninformation
Herzrhythmusstörung

Vorhofflimmern - eine häufige Herzrhythmusstörung

Vorhofflimmern ist die häufigste anhaltende Herzrhythmusstörung. Dabei schlagen die Herzvorhöfe unregelmäßig und viel zu schnell. Durch diese Unregelmäßigkeit wird das Blut nicht effizient weitergepumpt, was zu einem erhöhten Risiko für Schlaganfälle, Herzschwäche und anderen Komplikationen führt.

Normaler Herzrhythmus: Regelmäßige elektrische Impulse aus dem Sinusknoten steuern den Herzschlag.

Bei Vorhofflimmern: Unkoordinierte elektrische Signale führen zu einer schnellen, flimmernden Kontraktion der Vorhöfe – das Blut „staut“ sich.



Herzrhythmusstörung



Symptome (müssen nicht alle auftreten)

- » Herzstolpern, Herzrasen oder -klopfen
- » Kurzatmigkeit oder Atemnot bei Belastung
- » Schwindel, Benommenheit oder Ohnmachtsgefühl
- » Müdigkeit, schnelle Erschöpfung
- » Brustschmerzen (seltener)
- » Angstgefühle, innere Unruhe
- » Manche Menschen haben keine Symptome (asymptomatisch)



Ursachen und Risikofaktoren

- » Bluthochdruck (Hypertonie)
- » Koronare Herzkrankheit (KHK), Herzinfarkt
- » Herzklappenfehler, Herzinsuffizienz
- » Höheres Lebensalter (> 65 Jahre)
- » Diabetes mellitus
- » Schilddrüsenüberfunktion
- » Schlafapnoe (nächtliche Atemaussetzer)
- » Übergewicht, Bewegungsmangel
- » Übermäßiger Alkohol- oder Koffeinkonsum
- » Stress, starker Flüssigkeitsmangel



Warum ist Vorhofflimmern gefährlich?

- » Schlaganfallrisiko: Durch die unregelmäßige Vorhofftätigkeit kann sich ein Blutgerinnsel bilden, das ins Gehirn wandert und dort einen Schlaganfall verursacht.
- » Herzschwäche: Dauerhaftes Vorhofflimmern kann die Herzleistung verschlechtern.
- » Lebensqualität: Müdigkeit, Luftnot und Einschränkungen im Alltag sind häufig.



Diagnose

- » EKG (Elektrokardiogramm) Nachweis der unregelmäßigen Herzaktion
- » Langzeit-EKG: Überwachung über 24 - 72 Stunden oder mehr
- » Event-Recorder oder Loop-Recorder Bei seltenen, aber wiederkehrenden Beschwerden
- » Herzultraschall (Echokardiografie) Beurteilung von Herzstruktur und Pumpfunktion
- » Blutuntersuchung: Schilddrüse, Elektrolyte, Entzündungswerte



Behandlungsmöglichkeiten

- » Vorbeugung von Schlaganfällen: Blutverdünnung (Antikoagulation)
- » Herzfrequenz wird mit Medikamenten reguliert: Medikamente (Beta-Blocker, Calciumantagonisten, Digitalis)
- » Rhythmuskontrolle - Wiederherstellung des normalen Sinusrhythmus: medikamentös, Kardioversion, Katheterablation
- » Therapie der Grunderkrankung: Behandlung von Bluthochdruck, Diabetes, Schlafapnoe usw.



Was Sie selbst tun können

- » Auf Gewicht achten
- » Rauchstopp
- » Regelmäßige Bewegung
- » Herzgesunde Ernährung (z. B. mediterrane Kost)
- » Blutdruck und Puls regelmäßig messen
- » Medikamente zuverlässig einnehmen

- » Alkohol & Koffein nur in Maßen
- » Gesunden Schlaf fördern



Wann Sie ärztliche Hilfe benötigen

- » Plötzliches, starkes Herzrasen
- » Unregelmäßiger Puls mit Schwindel oder Ohnmacht
- » Sprachstörungen, Lähmungen, Verdacht auf Schlaganfall
- » Anhaltende Brustschmerzen oder Luftnot



Wichtige Hinweise

- » Vorhofflimmern ist meist gut behandelbar.
- » Regelmäßige ärztliche Kontrollen sind wichtig.
- » Eine gute Medikamenteneinstellung kann Komplikationen verhindern.



120, avenue Lucien Salentyng
L-9002 Ettelbruck

☎ (+352) 8166-1

10, rue G.-D. Charlotte
L-9515 Wiltz

☎ (+352) 8166-9