

Eine Herzensangelegenheit

Begehbare Modell und Tipps: Experten informierten zum wichtigsten Muskel

VON MICHAEL FISCHER

Die Medizin ist sehr weit, oft hapert es am persönlichen Verhalten: Anlässlich des Weltherztages haben Experten am Nürnberger Jakobspfad über Herzkrankheiten aufgeklärt. Mancher geht dabei ganz neue Wege.

Auch die Medizin muss mit der Zeit gehen. Nicht nur, was die Behandlungsmethoden angeht, sondern auch bei der Wissensvermittlung. Davon ist Dr. Stefan Wallner überzeugt, der in Berlin als Internist und Kardiologe arbeitet. Als „Dr. Heart“ hat er das Internet für sich entdeckt. In kurzen Filmen erklärt er dort alles rund um das Thema Herzkrankheit – in verständlicher Sprache, ganz ohne medizinische Fachbegriffe.

Als „Patienten-Infotainment“ bezeichnet er seine Arbeit, er will also gleichzeitig informieren und unterhalten. Der Grund ist simpel: „Wir haben heute extrem viel Hightech-Medizin und können vieles gut behandeln“, sagt Wallner. „Das Problem ist eher, dass viele Menschen ihre Krankheit nicht verstanden haben.“

Gefäßkiller Rauchen

Ein entscheidender Faktor bei jedem Leiden ist allerdings das persönliche Verhalten, „dadurch können wir vieles in den Griff bekommen“. Die oberste Prämisse ist altbekannt – und wird doch viel zu häufig missachtet: ein gesunder und aktiver Lebensstil. Unsere Vorfahren hätten sich viel bewegt und wenig gegessen, heute sei das umgekehrt, sagt Wallner. „Wir kochen selten, essen hochkalorische Lebensmittel und fahren Aufzug und Rolltreppe.“ Das aber sei eine extrem gefährliche Mischung.



Vorhof, Arterien, Herzkammern: Anhand eines begehbaren Modells erklärte Kardiologe Stefan Wallner (unten) die Funktion des menschlichen Herzens. Fotos: Fischer

Dazu kommt der „Gefäßkiller“ Rauchen, der die Verkalkung der Arterien beschleunigt. Wichtig sei außerdem, sich um seinen Blutdruck zu kümmern. Wer sich dann in oft stressigen Zeiten noch bewusst Auszeiten nimmt, lebt ausgeglichener – und gesünder.

Doch grau ist bekanntlich alle Theorie, ob nun in persönlichen Gesprächen oder in Videos. Zum gestrigen Weltherztag stand deshalb ein großes, begehbare Herz auf dem Jakobspfad, anhand dessen Ärzte den Passanten die Funktion des wichtigsten Muskels des menschlichen Körpers erklärten. „Den Leuten ist es wichtig, etwas anfassen zu können“, sagt Kardiologe Wallner. Wo sitzt eigentlich der Stent? Wo genau liegt eigentlich die Herzkranzarterie?

An Info-Ständen stellten sich zudem Patientenorganisationen vor, Experten beantworteten aufkommende Fragen. Notwendig ist das allemal. Knapp zwei Millionen Menschen leiden in Deutschland an Herzschwäche, einer Krankheit, die oft erst spät erkannt wird. Symptome wie Atemnot, ständige Erschöpfung und Flüssigkeitsansammlungen in den Beinen würden von vielen Menschen als typische Alterserscheinungen verstanden – dabei sind sie oft Folgen einer verminderten Pumpleistung des Herzens.

Beharrliche Aufklärung

Mehr als die Hälfte der Patienten stirbt fünf Jahre nach der Diagnose, „wenn man die Krankheit aber frühzeitig entdeckt, kann man sie gut behandeln“, so Wallner. Dem Mediziner gefiele es aber freilich besser, seine beharrliche Aufklärungsarbeit würde fruchten und die Menschen gar nicht erst erkranken. Denn: „Jeder ist der Regisseur seines eigenen Lebens.“