



Pressemitteilung

Elmshorn, 20.11.2023

Experten klären kostenlos über den plötzlichen Herztod auf

Bei einer kostenlosen Informationsveranstaltung am Dienstag, 28. November 2023, um 19 Uhr in der Aula der Volkshochschule Elmshorn erfahren Interessierte mehr zum Thema „HERZKRANK? Schütze dich vor dem Herzstillstand“. Als Experten nehmen Privatdozent Dr. Ulf Radunski, Chefarzt der Klinik für Kardiologie der Regio Kliniken, und Dr. Jens Freudenthal von der Kardiologischen Praxis Elmshorn Krankheitsbild und Ursachen des plötzlichen Herztodes in den Blick. Im Anschluss an ihren gemeinsamen Vortrag stehen sie auch für Fragen bereit.

Die Veranstaltung ist Teil der Herzwochen der Deutschen Herzstiftung e. V., an denen sich die Volkshochschule Elmshorn in diesem Jahr bereits zum 20. Mal beteiligt. „Von Anfang an dabei war Herr Dr. Freudenthal – das ist schon beachtlich“, sagt Volkshochschulleiterin Maike Bünning. Der Kardiologe hat vor 25 Jahren seine Praxis in Elmshorn eröffnet – damals die erste in der Stadt. „Heute sind es fünf“, sagt Freudenthal. Der Bedarf sei enorm.

Das zeigt auch ein Blick auf die Zahlen: Laut Herzstiftung sterben in Deutschland jedes Jahr schätzungsweise 65.000 Menschen allein am plötzlichen Herztod. Sie kippen einfach um. In 80 Prozent der Fälle sei eine unerkannte langjährige Verkalkung und Einengung der Herzkranzgefäße die Ursache, die sogenannte koronare Herzkrankheit. Insgesamt sterben an der koronaren Herzkrankheit jährlich mehr als 121.000 Menschen in Deutschland. Damit bildet sie hierzulande die bei Weitem häufigste Todesursache. Mit über 552.000 vollstationären Aufnahmen war sie im Jahr 2021 zudem der häufigste Anlass für einen Krankenhausaufenthalt in Deutschland.



Generell gilt, so Freudenthal: „Herzerkrankungen sind die häufigste Todesursache in der westlichen Welt.“ Begünstigt werden sie durch den westlichen Lebensstil mit zu wenig Bewegung, zu viel Salz, Cholesterin und Fertiggerichten. Und das vor allem bei Männern: Sie machen 80 Prozent von Freudenthals Patienten aus. Meist leiden sie unter Durchblutungsstörungen oder – zu einem erheblich kleineren Teil und vor allem bei Jüngeren – unter Herzmuskelschwächen, die durch Entzündungen hervorgerufen wurden.

„Ziel unserer Vorträge im Rahmen der Herzwochen ist es, dass die Menschen sich um sich und ihr Herz kümmern“, sagt Freudenthal. „Nicht nur die Zahl der Fälle, auch die Therapieansätze bei Herzerkrankungen sind in den letzten zehn Jahren durch die Decke gegangen“, macht er Mut. Wer es gar nicht erst soweit kommen lassen möchte, dem rät der Experte vorbeugend zu mediterraner Kost und regelmäßiger, moderater Bewegung. „Die Empfehlung lautet fünfmal pro Woche 30 Minuten“, so Freudenthal. Nach grippalen Infekten sollte allerdings für ein paar Wochen auf Sport verzichtet werden.

Für die Informationsveranstaltung am 28. November wird um Anmeldung bei der Volkshochschule Elmshorn gebeten. Telefon: 04121/231306. „Man kann auch so kommen, dann aber ohne Sitzplatzgarantie“, so Bünning.



Bildunterschrift

Kardiologe Dr. Jens Freudenthal (v. l.), Volkshochschul-Leiterin Maike Bünning und Johann Wiechers von der Deutschen Herzstiftung laden am 28. November 2023, um 19 Uhr zu dem kostenlosen Informationsangebot in die Volkshochschule Elmshorn ein.
Foto: Torben Hinz, Stadt Elmshorn

Kontaktperson im Fachamt
Frau Maike Bünning
Leiterin Volkshochschule Elmshorn
T +49 (0) 4121 / 231 – 328