

Die Deutsche Herzstiftung gibt Hinweise und Tipps für Betroffene – Flugtauglichkeit testen lassen

Flugreisen auch mit einer Herzschwäche?

Rund sechs Millionen Menschen in Deutschland leiden an koronarer Herzkrankheit (KHK), die dem Herzinfarkt vorausgeht und die häufigste Ursache der Herzschwäche (Herzinsuffizienz) ist. Jährlich werden bundesweit bei KHK-Patienten z.B. nach einem Herzinfarkt über 320 000 Gefäßstützen (Stents) eingebracht und über 53 000 Bypassoperationen durchgeführt. Viele der Betroffenen planen eine Reise und verzichten nur ungerne auf das Fliegen. Was müssen Betroffene bei Flugreisen beachten?

Flugreisen führen unter anderem wegen der veränderten Atmosphäre in der Druckkabine (niedrigerer Luftdruck, geringere Sauerstoffsättigung) zu Zusatzbelastungen für das Herz-Kreislauf-System. Diese sollten Herzpatienten kennen.

Herzpatienten dürfen in aller Regel fliegen

„Herzpatienten dürfen in der Regel fliegen. Letztlich entscheidend für die Flugreise eines Patienten mit KHK oder Herzschwäche ist die Leistungsfähigkeit des Herzens. Um Komplikationen über den Wolken zu vermeiden, sollten Betroffene deshalb noch vor der Reiseplanung ihre Flugreisetauglichkeit vom Kardiologen bestimmen lassen“, unterstreicht der Herzspezialist Prof. Dr. med. Wolfgang Schöls vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung

und Leiter des Herzzentrums Duisburg. So führt etwa der leichte Sauerstoffmangel in der Kabine eines Passagierjets auf Reiseflughöhe zum Anstieg von Herzfrequenz, Blutdruck und Sauerstoffverbrauch des Herzens. „Das können Betroffene mit KHK oder Herzschwäche nicht ohne Weiteres kompensieren.“

Nach einem Herzinfarkt hängt die Flugreisetauglichkeit u. a. von der Infarktgröße ab. Kardiologen unterscheiden zwischen niedrigem, mittlerem und hohem Risiko. Bei niedrigem Risiko kann man ca. fünf bis acht Tage nach einem kleinen Infarkt fliegen. „Auf Langstreckenflüge sollte jedoch auch bei niedrigem Risiko verzichtet werden“, betont Prof. Schöls.

Niedriges Risiko bedeutet: Alter unter 65, erster Herzinfarkt, erfolgreiche Gefäßwie-

deröffnung, Auswurfraction des Herzens über 45 Prozent und keine Komplikationen. Wie es um die Flugtauglichkeit bei Infarktpatienten mit mittlerem oder hohem Risiko steht und unter welchen Voraussetzungen KHK-Betroffene nach einer Stent-Therapie, Katheteruntersuchung oder Bypassoperation fliegen dürfen, ist dem Experten-Beitrag der Herzstiftung zu entnehmen.

Auf Wassereinlagerungen ist zu achten

Betroffene mit Herzschwäche sollten vor Reiseantritt Ursache und Schweregrad der Herzschwäche (nach der sog. NYHA-Klassifikation) bestimmen lassen. Bei chronisch stabiler Herzschwäche bis NYHA-Stufe II (belastbar bis 75 Watt) besteht volle Flugreisetauglichkeit (wissenschaftlich belegt sind nur Flüge bis sieben



Foto: DDRockstar/fotolia

Herzpatienten sollten ihre Flugtauglichkeit vor einer Reise mit dem Flugzeug von einem Kardiologen prüfen lassen.

Stunden Reisedauer). „Jede Verschlechterung der Symptome wie Atemnot, Gewichtszunahme wegen Wassereinlagerung, Erschöpfung, Herzenge oder Rhythmusstörungen in den letzten vier Wochen macht fluguntauglich“, erläutert Prof. Schöls. Betroffene mit Herzschwäche sollten ihr Körpergewicht (Wassereinlagerungen) und einen Gangplatz nahe der Toilette buchen, da sie häufig Entwässerungsmittel

einnehmen und der Harndrang durch den leichten Sauerstoffmangel verstärkt wird.

Der Beitrag „Flugreisen – auch bei koronarer Herzkrankheit (KHK) und Herzschwäche“ von Dr. Ilse Janicke und Prof. Dr. Wolfgang Schöls kann online unter www.herzstiftung.de/fliegen-achtung-herz kostenfrei heruntergeladen oder telefonisch unter 069/955128400 angefordert werden.

Quelle: Herzgesundheit

Anzeige

Kräuterhaus Sanct Bernhard www.kraeuterhaus.de/A32 Bestell-Telefon: 07334/96540

Seit 1903 Naturheilmittel und Kosmetik höchster Qualität!

Entwicklung und Herstellung im eigenen Haus

Ginkgo Kapseln 100 mg

Nahrungsergänzungsmittel zur Unterstützung von Gedächtnis und Konzentration. Jede Kapsel enthält 100 mg Ginkgo-biloba-Spezialextrakt 50:1.

Best.-Nr. 83 180 Kapseln für 6 Monate € 17,50
ab 3 Packungen nur € 16,00

Erotisan-Manneskraft

Erotisan-Manneskraft unterstützt die sexuelle Leistungsfähigkeit des Mannes und trägt dazu bei, eine gesunde, natürliche Spannkraft zu erhalten. Die ausgewählten Extrakte aus Potenzholz (Muirapuma), Damianablättern und Sabalfrüchten sowie Guarana sind seit langem für ihre anregende, die Libido fördernde Wirkung bekannt.

Best.-Nr. 142 1-Liter-Flasche € 17,50
Best.-Nr. 1042 3-er Packung nur € 48,00

Hyaluronsäure-Kapseln NEU

Die Hyaluronsäure ist ein natürlicher Bestandteil der Haut, des Bindegewebes, der Gelenkflüssigkeit und des Knorpels. Bemerkenswert ist ihre Fähigkeit, große Mengen Wasser an sich zu binden. Jede Kapsel enthält 100 mg reine Hyaluronsäure und 40 mg Vitamin C, das zur Kollagenbildung beiträgt.

Best.-Nr. 843 120 Kapseln à 100mg € 24,50
ab 3 Packungen nur € 21,50

Omega-3 Fischöl-Kapseln

Für Herz und Gefäße. Mit den mehrfach ungesättigten Omega-3-Fettsäuren DHA und EPA. Als lebensnotwendige essenzielle Nährstoffe können sie vom menschlichen Organismus nicht selbst gebildet werden, weshalb sie regelmäßig mit der Nahrung zugeführt werden sollten.

Best.-Nr. 195 400 Kapseln à 500mg € 9,50
ab 3 Packungen nur € 8,90

Grünlippmuschel-Kapseln

Neuseeländische Grünlippmuscheln (Perna canaliculus) enthalten Glycosaminoglykane (GAG), die beim Menschen natürlicherweise im Bindegewebe, den Gelenknorpeln und der Gelenkflüssigkeit („Gelenkschmiere“) vorkommen. Jede Kapsel enthält 500 mg reines Grünlippmuschel-Konzentrat.

Best.-Nr. 805 150 Kapseln für 2 Monate € 12,50
ab 3 Packungen nur € 11,00

Grünlippmuschel-Balsam

Wärmende, entspannende Pflege für Haut, Muskeln und Gelenke. Angenehmer, frischer Duft.

Best.-Nr. 804 150-ml-Tube (100ml = € 4,33) € 6,50
ab 3 Tuben (100ml = € 3,97) nur € 5,95

Vitamin B12 supra-100

Gut für die gesunde Funktion von Gehirn und Nervensystem sowie für mehr Energie. Jede Tablette enthält 100 µg Vitamin B12.

Best.-Nr. 118 240 Tabletten für 4 Monate € 6,50
ab 3 Packungen nur € 5,95

GRATIS-TEST* *Für alle, die Sanct Bernhard noch nicht kennen. svd 6/16

2-Monatspackung mit 60 Kapseln

JA, ich möchte mich selbst überzeugen!
Ich erhalte GARANTIERT als Dankeschön **unverbindlich, kostenlos und versandkostenfrei***

Magnesium 400 supra Kapseln, 60 Stück

Magnesium fördert das Wohlbefinden durch lockere, entspannte Muskeln und Waden.

Außerdem erhalte ich **kostenlos** den großen **Sanct-Bernhard-Gesundheitskatalog** mit über 600 Naturheilmittel- und Kosmetikartikeln sowie ein wertvolles **Kosmetik-Probeset!**

Ich bestelle mit **14-tägigem Rückgaberecht** folgende Artikel:

Bestell-Nr.	Artikel	Menge	Einzelpreis	Gesamtpreis
96076	Magnesium 400 supra Kapseln	1	GRATIS	
versandkostenfrei				

Alle Informationen zu unseren Produkten finden Sie unter www.kraeuterhaus.de

Name, Vorname _____

Straße, Nr. _____

PLZ, Ort _____

Telefon (falls Rückfragen) _____ Geburtsdatum _____

Datum, Unterschrift _____

Bestellung bitte an:

Kräuterhaus Sanct Bernhard KG
Helfensteinstr. 47, Abt. 32
73342 Bad Ditzgenbach

Tel.: 07334/96540
Fax: 07334/965444

Abteilung 32
www.kraeuterhaus.de/A32