



DGK.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100
40237 Düsseldorf
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-43
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10
E-Mail: presse@dgk.org
Web: www.dgk.org

Pressemitteilung: Abdruck frei nur mit Quellenhinweis „Presstext DGK 03/2016“

Herzrisiko minimieren: Vor dem Sport zum Kardiologen

Regelmäßiger Sport ist eine zentrale Säule der Präventivmedizin und kann das Risiko, eine Herz-Kreislauf-Erkrankung zu entwickeln, deutlich reduzieren. Doch für Personen mit Herzerkrankungen kann Sport auch gefährlich sein. Daher sollte zunächst eine fachärztliche Untersuchung absolviert werden, bevor es mit dem Sport losgeht. Mit sportkardiologischen Untersuchungen konnte etwa in Italien die Rate von plötzlichem Herztod unter Wettkampf-Sportlern drastisch reduziert werden. Die DGK und die DGSP entwickeln derzeit ein Curriculum für die Zusatzqualifikation „Sportkardiologie“.

Mannheim, 31. März 2016 – Insbesondere Profi- und Wettkampfsportler gehen bei Wettkämpfen und im Training häufig an die Grenzen ihrer Leistungsfähigkeit. „Das verträgt nur ein gesundes Herz. Wer sich solchen Belastungen mit einem erkrankten Herzen aussetzt, riskiert Komplikationen bis hin zum plötzlichen Herztod“, sagt Prof. Dr. Jürgen Scharhag (Universität des Saarlandes, Saarbrücken) auf der 82. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie (DGK). Vom 30. März bis 2. April 2016 treffen auf diesem Kongress in Mannheim rund 8.500 aktive Teilnehmer aus 25 Ländern zusammen.

Hierbei müsse zwischen jungen und älteren Sportlern ab 35 Jahren unterschieden werden, so der Experte: „Während in der höheren Altersgruppe die Ursache von plötzlichen Herztodesfällen beim Sport meist die Koronare Herzkrankheit ist, sind die Ursachen bei jüngeren Sportlern häufig Herzmuskelerkrankungen und Herzmuskelentzündungen. Weitere Ursachen sind angeborene Anomalien der Herzkranzgefäße, eine frühzeitige KHK, vererbte Erkrankungen von Ionenkanälen am Herzen, die lebensbedrohliche Herzrhythmusstörungen auslösen können, und Herzklappenerkrankungen.“

Sportkardiologischer Check lohnt sich

Bei Menschen, die Sport betreiben, gezielt nach diesen Erkrankungen zu suchen, lohnt sich, wie italienische Daten zeigen. „Durch die gesetzliche Einführung einer Sporttauglichkeitsuntersuchung für Wettkampfsportler aller Leistungsklassen und Wettbewerbe im Jahr 1982 konnte dort die jährliche Rate des plötzlichen Herztodes beim Sport von 3,6 auf 0,4 pro 100.000 Personenjahre gesenkt werden“, berichtet Prof. Scharhag. „Seit 2005 wird von der Europäischen Gesellschaft für Kardiologie (ESC) als Screening zumindest ein Ruhe-EKG bei sportmedizinischen Untersuchungen für Wettkampfsportler empfohlen.“

Im Rahmen einer sportkardiologischen Untersuchung können durch das empfohlene Ruhe-EKG Hinweise für Herzmuskel- oder Ionenkanalerkrankungen oder andere Herzerkrankungen entdeckt werden. Bei Sportlern können allerdings auch trainingsbedingte EKG-Veränderungen auftreten, die solchen Anzeichen ähnlich sind, wie sie bei Herzerkrankungen auftreten, ohne aber krankheitswertig zu sein. „Daher sollte die Beurteilung durch einen sportkardiologisch erfahrenen Arzt erfolgen“, sagt Prof. Scharhag. „Darüber hinaus ist eine ergänzende Herz-Ultraschall-Untersuchung empfehlenswert, da beispielsweise Erkrankungen der Herzklappen oder Anomalien der Herzkranzgefäße im EKG nicht zu erkennen sind.“

Bei Profi- und Kadersportlern wird im Rahmen der vorgeschriebenen jährlichen Sporttauglichkeitsuntersuchungen in der Regel zusätzlich ein Belastungs-EKG durchgeführt. Da bei Sportlern über 35 Jahren die häufigste Ursache für einen plötzlichen Herztod beim Sport die KHK ist, erscheint bei älteren Sportlern eine zusätzliche Belastungsuntersuchung ebenfalls sinnvoll. Allerdings hat das Belastungs-EKG den Nachteil, dass Fälle von asymptomatischer KHK meist nicht erkannt werden können. Prof. Scharhag: „Andere Belastungsuntersuchungen wie die Stress-Echokardiographie oder das Stress-MRT können Hinweise für eine KHK zwar besser entdecken, sind aber seltener verfügbar,



DGK.

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie
– Herz- und Kreislaufforschung e.V.

Grafenberger Allee 100
40237 Düsseldorf
Telefon: +49 (0) 211 / 600 692-43
Fax: +49 (0) 211 / 600 692-10
E-Mail: presse@dgk.org
Web: www.dgk.org

Pressemitteilung: Abdruck frei nur mit Quellenhinweis „Presstext DGK 03/2016“

aufwändiger und teurer. Hingegen ermöglicht das häufiger verfügbare Belastungs-EKG auf dem Fahrrad- oder Laufbandergometer zusätzlich eine objektive Beurteilung der körperlichen Leistungsfähigkeit und die Ableitung von Trainingsempfehlungen.“

Im Rahmen von Sporttauglichkeitsuntersuchungen müsse nicht nur darauf geachtet werden, Erkrankungen zu erkennen, betont der Experte: „Es ist auch wichtig, dafür Sorge zu tragen, dass gesunde Sportler aufgrund von sportbedingten physiologischen Veränderungen, wie zum Beispiel dem vergrößerten, an die Belastungen angepassten Sporthertz, nicht als krank einzustufen. Dies hätte zur Folge, dass Menschen, die Sport betreiben oder betreiben könnten, fälschlicherweise davon abgeraten wird oder dass teure und womöglich mit einem gewissen Risiko behaftete Folgeuntersuchungen notwendig werden.“

Dies gelte auch für Herzpatienten, die Rehabilitationssport betreiben möchten. Prof. Scharhag: „Bei ihnen müssen die individuelle Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit sowie die individuellen Risiken von körperlicher Aktivität und Sport korrekt eingeschätzt werden, um den größtmöglichen Nutzen von körperlicher Aktivität und Sport bei geringstem Risiko erzielen zu können.“ Um diesen Ansprüchen gerecht zu werden, erarbeiten die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie und die Deutsche Gesellschaft für Sportmedizin derzeit ein gemeinsames Curriculum für eine Zusatzqualifikation „Sportkardiologie“.

Informationen:

Deutsche Gesellschaft für Kardiologie, Presse/Kommunikation
Prof. Dr. Eckart Fleck, Pressesprecher
Pressebüro während des Kongresses in Mannheim
Tel.: 0621 4106-5002; 0621 4106-5005
Hauptstadtbüro Berlin
Leonie Nawrocki
Tel.: 030 206 444 82
Geschäftsstelle Düsseldorf
Kerstin Krug
Tel.: 0211 600692-43,
presse@dgk.org
B&K-Bettschart&Kofler Kommunikationsberatung
Dr. Birgit Kofler
Tel.: 0172 7949286
kofler@bkkommunikation.com

Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz und Kreislaufforschung e.V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit über 9500 Mitgliedern. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen und die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder. 1927 in Bad Nauheim gegründet, ist die DGK die älteste und größte kardiologische Gesellschaft in Europa. Weitere Informationen unter www.dgk.org.