

Den Schmerzen einfach davon gehen

BNK-Kardiologen raten bei der Behandlung peripherer arterieller Verschlusskrankheiten auch zu Gehtraining

MÜNCHEN, 02. April 2015 – Beim Einkaufsbummel am Wochenende verleiten die vielen Läden oft dazu, sich von Schaufenster zu Schaufenster zu hangeln: man geht ein Stück, bleibt stehen, geht weiter, bleibt wieder stehen. Was für viele Menschen eine angenehme Freizeitbeschäftigung ist, wurde zum Sinnbild für eine ernstzunehmende Krankheit: die Claudicatio intermittens, auch Schaufensterkrankheit genannt. Weltweit ist die Zahl der Betroffenen innerhalb eines Jahrzehnts um knapp ein Viertel gestiegen. Anlehnend an aktuelle Studien empfiehlt der Bundesverband Niedergelassener Kardiologen e. V. (BNK) in bestimmten Fällen Gehtraining als zuverlässige Therapie bei dieser Erkrankung.

PAVK: Frühe Diagnose ist wichtig

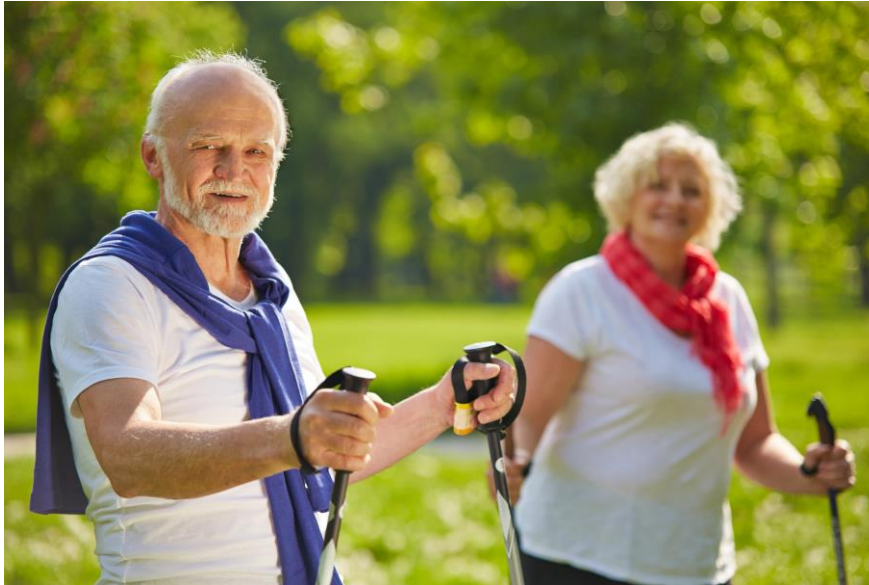
Die Schaufensterkrankheit gehört zu den peripheren arteriellen Verschlusskrankheiten (PAVK). Dabei handelt es sich um Durchblutungsstörungen, die überwiegend in den Beinen auftreten und bei körperlicher Aktivität aufgrund von Sauerstoffmangel zu Schmerzen führen. Diese zwingen Betroffene dazu, die Bewegung wiederholt einzustellen. In Deutschland leiden laut der Deutschen Gesellschaft für Angiologie (DGA) aktuell rund 4,5 Millionen Menschen an der gefährlichen Durchblutungsstörung. Umso wichtiger ist eine frühzeitige Diagnose und Therapie; zumal PAVK zu schwerwiegenden Folgeerkrankungen wie Herzinfarkten, Schlaganfällen oder einem akuten Gefäßverschluss führen können. Um dies zu verhindern, ist eine fachinternistische Diagnostik beim Auftreten von ersten Symptomen unbedingt notwendig. So können Schweregrad und Lage der Durchblutungsstörung abgeklärt und entsprechende Maßnahmen eingeleitet werden. Je nach Befund ist dann gegebenenfalls eine Angioplastie oder die Implantation von Stents nötig, um die eng gestellten Gefäße offen zu halten und eine langfristige Verbesserung für den Patienten zu erreichen.

Bewegung gegen Schmerzen und Folgeerkrankungen

In einigen Fällen haben sich zur Behandlung von PAVK auch sekundärpräventive Maßnahmen wie das Gehtraining bewährt. *„Dass Schmerzen beim Gehen ausgerechnet durch weitere Bewegung gelindert werden können, scheint auf den ersten Blick paradox. Doch aktuelle Studien bestätigen das Gehtraining als Erfolg versprechende und gleichzeitig kostengünstige Therapieform bei PAVK“*, erklärt Prof. Dr. Johannes Dahm, Leiter der Arbeitsgruppe Angiologie des BNK. Das Gehtraining fördert die Kollateralenbildung, wodurch sich die Sauerstoffversorgung verbessert und die Beschwerden gelindert werden. *„Idealerweise können wir so in frühen Stadien der PAVK einen operativen Eingriff verhindern“*, so Prof. Dr. Dahm. Diese Effekte wurden besonders bei Gefäßsportgruppen mit überwachten und strukturierten Trainingsprogrammen beobachtet.

Aktuelle Studien: Positive Ergebnisse bei ACE-Hemmern und Statinen

Neben dem Gehtraining und dem Vermeiden von Risikofaktoren wie Rauchen hat auch die Behandlung mit ACE-Hemmern und Statinen zu positiven Resultaten geführt. ACE-Hemmer werden typischerweise bei Blutdruckbeschwerden oder chronischer Herzinsuffizienz eingesetzt. Sie können aber auch PAVK-Patienten helfen, indem sie die beschwerdefreie Gehstrecke signifikant verlängern. Auch bei der Behandlung mit Statinen, die gewöhnlich zur Senkung des Cholesterinspiegels verabreicht werden, wurden positive Effekte beobachtet: Statine tragen nachweislich zur Reduzierung kardialer Risiken bei und verbessern die Dauer der schmerzfreien Bewegung. Zudem wurde so eine Reduktion der Gesamtmorbidität und -mortalität von PAVK-Patienten erreicht. Die Ergebnisse zu Zell- und Gentherapie sowie Nahrungsergänzungsmitteln wie Vitamin B und Fischöl bleiben jedoch ernüchternd: Ihnen konnten aktuell keine maßgeblichen Effekte auf Mobilität und Krankheitsverlauf von PAVK-Patienten nachgewiesen werden.



Gehen kann zur Therapie von PAVK beitragen.

Bildquelle: Robert Kneschke – Fotolia.com

Über den BNK e. V.

Der BNK ist der größte Kardiologenverband auf vertragsärztlicher Ebene in Deutschland. Er hat derzeit rund 1.200 Mitglieder und repräsentiert damit über 90 Prozent der kardiologischen Praxen. Der Verband ging aus einer Arbeitsgemeinschaft hervor, die 1979 von knapp 100 Fachärzten gegründet wurde. Heute sind die Mitglieder des BNK auf regionaler und Bundesebene in zahlreichen Ausschüssen, Projektgruppen, gesundheits- und berufspolitischen Gruppierungen und in vielen Gremien der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung (DGK) aktiv. Seinen juristischen Sitz hat der BNK in München. Weitere Informationen rund um den BNK finden Sie unter www.bnk.de.

Ansprechpartner für die Presse:

Pressesprecher

BNK e. V.
Dr. med. Heribert Brück
Tenholter Str. 43a
41812 Erkelenz
Tel.: 02431.20 50
Fax: 02431.76 00 3
E-Mail: presse@bnk.de

Pressebüro

LoeschHundLiepoldKommunikation GmbH
Sophie Deutscher
Tegernseer Platz 7
81541 München
Tel.: 089.72 01 87-276
Fax: 089.72 01 87-20
E-Mail: bnk@lhlk.de