CARDIOPRAXIS.DE

am Wilhelm-Marx-Haus und in Meerbusch-Büderich

Informationen für Patienten und Freunde der Praxis — Herbst 2014

UNSERE NEUE NACHBARIN: FRAU DR. VALI-PURSCHE

Frau Dr. Vali-Pursche eröffnet in diesen Tagen eine kieferorthopädische Praxis auf der Dorfstr. 32a und damit Tür an Tür mit unserer Meerbuscher Praxis. Wir möchten Ihnen unsere neue Nachbarin kurz vorstellen.

Mit modernen Behandlungsmethoden arbeitet Frau Dr. Vali-Pursche an der Korrektur von Fehlstellungen der Zähne und des Kiefers. Besonders ist dabei ihr ganzheitlicher Ansatz, der den gesamten Körper in die Behandlung mit einbezieht. Dem ästhetischen Ansatz einer Zahnkorrektur – auch im Erwachsenenalter – steht dabei laut Frau Dr. Vali-Pursche ein medizinischer Nutzen gegenüber: Durch eine Korrektur beispielsweise von engstehenden Zähnen kann die Zahnreinigung deutlich vereinfacht und damit das Risiko von Karies und Zahnfleischentzündungen minimiert werden. Und das kann sich sogar positiv auf die Herzgesundheit auswirken! Sie erreichen Frau Dr. Vali-Pursche unter 02132 9953505 oder per E-Mail: praxis@kieferorthopaedie-meerbusch.de. Wir heißen sie herzlich in Büderich willkommen!

Frau Dr. Vali-Pursche

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

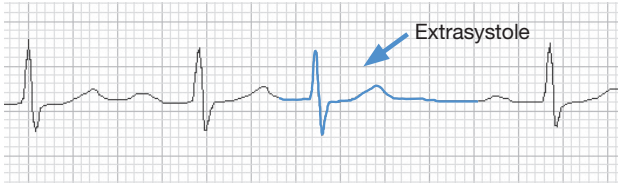
mit unserer diesjährigen Herbstausgabe machen wir das halbe Jahrzehnt voll! Bereits seit 2009 stellen wir Ihnen halbjährlich Neues und vermeintlich Bekanntes aus unserer Praxis vor. Verbunden mit Tipps für ein aktives Leben sowie Rätseln und Kochrezepten versuchen wir stets aufs Neue, Ihnen eine bunte und unterhaltsame Mischung zu präsentieren. Viel Freude beim Schmökern wünschen Ihnen

Dr. Ulrich Karbenn
Dr. Frank-Chris Schoebel
Dr. Stefan Dierkes

NACHGEFRAGT: WAS HEISST EXTRASYSTOLIE?

Nach dem Bluthochdruck ist die Ventrikuläre Extrasystolie die in unserer Praxis am häufigsten gestellte Diagnose. Wir möchten heute kurz für Sie zusammenfassen, was der Begriff Extrasystolie genau bedeutet.

Allgemein bezeichnet man als Extrasystole einen Herzschlag, der zusätzlich zum regulären Herzrhythmus auftritt (siehe Abbildung). Im Gegensatz zum Normalrhythmus liegt der Ursprung einer Extrasystole nicht im taktgebenden Sinusknoten, sondern in einem sogenannten „außerörtlichen Erregungszentrum“. Liegt dieses Erregungszentrum in einer der Herzkammern, spricht man von einer ventrikulären Extrasystole. Beim Ursprung des Signals in einem der Vorhöfe spricht man hingegen von einer supraventrikulären Extrasystole. Extrasystolen sind in der Regel harmlos und bedürfen keiner Behandlung. Dennoch sollte das Auftreten von Extrasystolen in jedem Fall ärztlich abgeklärt werden.



Unser Ausflugstipp: Der Bergische Weg

Vom Baldeneysee bis zum Drachenfels – 260 Kilometer durch das Bergische Land – führt der neu angelegte Bergische Weg. Auf wunderschön gestalteten Pfaden streift er dabei echte Highlights des Bergischen Landes wie Schloss Burg und den Altenberger Dom. Die Erwanderung dieses Weges ist ein kleines Abenteuer, das vor der eigenen Haustür beginnt und den Alltag schnell vergessen macht. Weitere Informationen finden Sie unter www.bergisches-wanderland.de/de/bergischer-weg.

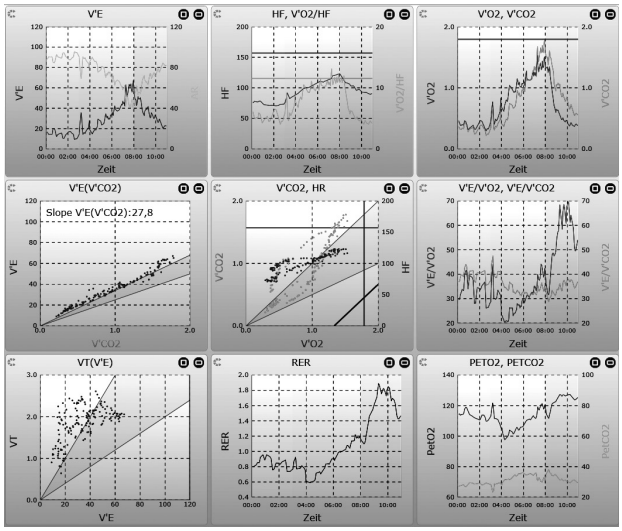
TIPP

SPIROERGOMETRIE – EIN TEST AUF HERZ UND LUNGE

Die Spiroergometrie ist eine der aufwändigsten Untersuchungen, die wir derzeit in unserer Praxis durchführen. Sie misst parallel die Funktionen von Herz, Kreislauf und Lunge unter körperlicher Belastung. Die Ergebnisse dieser Untersuchung liefern ein differenziertes Bild der körperlichen Leistungsfähigkeit und decken bisher nicht erkannte Funktionsstörungen auf.

Äußerlich sieht die Spiroergometrie wie ein Belastungs-EKG aus. Einziger Unterschied ist, dass der Patient dabei eine Maske trägt (siehe Abbildung rechts). Über diese Maske werden die Atemgase kontinuierlich analysiert. In Kombination mit Herzfrequenz, Blutdruck und der Belastungsstufe werden verschiedene Parameter ermittelt und in einer 9-Felder-Grafik dargestellt (siehe Abbildung unten).

Aus diesen Daten können wir entnehmen, ob der Anstieg von Lungenvolumen und Atemfrequenz regelrecht ist oder ob eine Atembehinderung, wie z.B. ein Belastungsasthma, vorliegt.



Die 9-Felder-Grafik

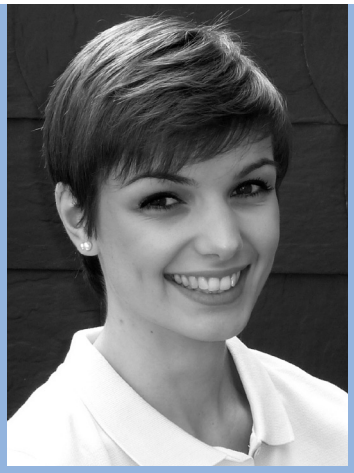
Über die Sauerstoffaufnahme kann beurteilt werden, wie die Leistung des Herzens unter Belastung zunimmt. Wir finden hier ein Maß für die Kraft der Herzmuskelentfaltung jedes einzelnen Herzschlags, wie auch für die Pumpleistung des Herzens pro Minute. Damit kann analysiert werden, ob die Herzleistung ausreicht, den Organismus mit Blut und Sauerstoff zu versorgen. Diese Messwerte geben uns Hinweise auf Herzerkrankungen, die in einer Ruhe-Untersuchung nicht erkennbar sind.

Auch bei völlig gesunden Menschen kann die Spiroergometrie wertvolle Einblicke in die Tätigkeit von Herz, Kreislauf und Lunge geben. Bei Leistungssportlern wird sie eingesetzt, um genaue Informationen zum Trainingszustand zu erhalten. Interessant ist dabei vor allem die sogenannte „aerobe Schwelle“. Die aerobe Schwelle ist der Grad der Belastung, bei dem es zu erhöhten Laktatspiegeln im Blut und einem damit einhergehenden Leistungsabfall kommt. Hieraus können konkrete Empfehlungen für ein erfolgreiches Ausdauertraining gegeben werden. Gleichzeitig wird damit auch jener Herzfrequenzbereich ermittelt, bei dem eine optimierte Fettverbrennung stattfindet.

Foto: CORTEX Biophysik GmbH

Die angelegte Spiroergometrie

Für weitere Fragen sprechen Sie uns an. Wir beraten Sie gerne ausführlich zur Spiroergometrie und deren Einsatzbereichen.



WIR STELLEN VOR: FRAU SCHÜLKE – UNSERE EXTRA-PORTION CHARME

Esprit, Charme und eine stets aufgeschlossene und freundliche Art – damit konnte uns Frau Schülke ganz schnell von sich überzeugen. Seit Anfang August dieses Jahres ist sie in unserer Praxis als Medizinische Fachangestellte tätig. Sie betreut montags und mittwochs unsere Patienten in Meerbusch und arbeitet an den übrigen Tagen in unserer Düsseldorfer Praxis überwiegend in der medizinischen Diagnostik. Weil Frau Schülke ein engagierter, junger Mensch ist, hat sie sich dazu entschlossen, gleichzeitig mit dem Start in unserer Praxis auch eine Weiterbildung zur „Fachwirtin für ambulante medizinische Versorgung“ zu beginnen. Wir freuen uns über so viel Engagement und unterstützen Frau Schülke gerne bei ihrer Weiterbildung.

WÄRME TANKEN IN DER SAUNA – IST DAS GUT FÜRS HERZ?

Wenn die Tage kürzer werden und der Winter mit Kälte, Nieselregen und wolkenverhangenem Himmel aufs Gemüt schlägt, dann ist der Gang in die Sauna eine willkommene Gelegenheit, Wärme und Energie zu tanken. Doch was passiert bei einem Saunagang mit Herz und Kreislauf? Und wann sollte man besser darauf verzichten?

Foto: shutterstock

Bei einem klassischen Saunagang (ca. zehn Minuten bei mindestens 80°C) passieren mehrere Dinge gleichzeitig: Zunächst steigt die Herzfrequenz wie unter körperlicher Belastung an. Das hat zur Folge, dass die vom Kreislauf geförderte Menge Blut mitunter auf das Doppelte ansteigt. Durch die Wärme weiten sich währenddessen große Teile des Gefäßsystems. Der dadurch abfallende Widerstand bewirkt seinerseits, dass der Blutdruck trotz der erhöhten Menge Blutes nur geringfügig ansteigt. In Kombination mit einer schonenden Abkühlung und einer ausreichenden Trinkmenge im Anschluss wird der Saunagang damit zu einer kleinen Trainingseinheit für den gesamten Körper. Der Vorteil dabei: Herz und Kreislauf werden nur geringfügig belastet.

Vorsicht ist allerdings bei einigen Grunderkrankungen geboten. Besteht zum Beispiel ein akuter Infekt, sollte der Saunabesuch ausfallen. Auch bei einem zurückliegenden Herzinfarkt, nach einer Bypass-Operation, sowie bei einer schweren Herzinsuffizienz oder bei ausgeprägten Herzrhythmusstörungen sollte vor dem Besuch der Sauna zunächst der behandelnde Kardiologe kontaktiert werden.

Wir beraten Sie gerne! Damit der nächste Saunagang ein rundum entspannendes und gesundheitsförderndes Erlebnis wird.

DIE NEUE GENERATION IMPLANTIERBARER EVENTRECORDER

Der Eventrecorder ist eine besondere Form des Langzeit-EKGs, das lange Zeiträume abbilden und damit unregelmäßig auftretende Rhythmusstörungen aufzeichnen kann. Eventrecorder gibt es in unterschiedlichen Ausführungen. Wir wollen Ihnen heute die neueste Generation an implantierbaren Eventrecordern vorstellen.

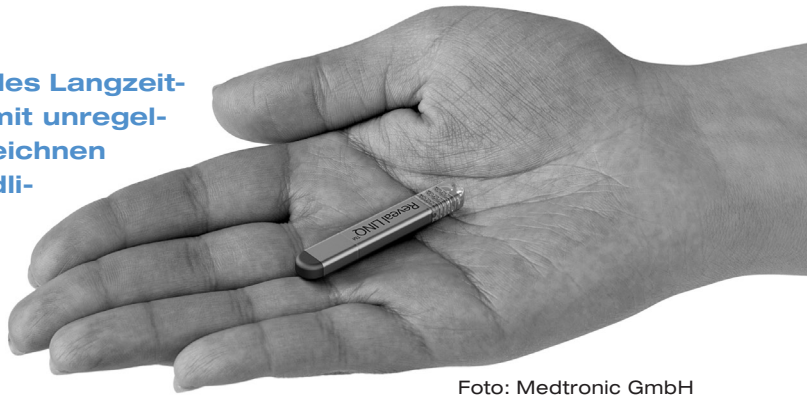


Foto: Medtronic GmbH

Diese neue Generation ist kleiner als ein Feuerzeug und wird links neben dem Brustbein unter die Haut gesetzt. Da der Eventrecorder über einen sehr großen Speicher verfügt, funktioniert er wie ein dauerhaft angelegtes Langzeit-EKG. Automatisch speichert er dabei alle auffälligen Episoden eines zu langsamen oder zu schnellen Herzschlages. Darüberhinaus kann der Patient bei Auftreten einer Symptomatik das Gerät selber aktivieren. Aufgrund der langen Batterielaufzeit kann der Eventrecorder über einen Gesamt-Zeitraum von drei Jahren eingesetzt werden. Die Episoden können dann ähnlich wie bei einem Herzschrittmacher durch den Arzt abgefragt und analysiert werden.

Eine wichtige und häufige Indikation für einen implantierbaren Eventrecorder sind Episoden kurzzeitiger Bewusstlosigkeit (Synkope), da hier häufig kurzfristige Herzrhythmusstörungen eine Rolle spielen. Eine weitere neu etablierte Indikation ist ein abgelaufener Schlaganfall unklarer Ursache. In diesem Fall kann ein vom Patienten nicht bemerktes gelegentliches Vorhofflimmern ursächlich sein.

Unsere Aufgabe in der Cardiopraxis ist es, Ihnen diese modernen Diagnoseverfahren vorzustellen. Gerne betreuen wir Sie auch in der Nachsorge mit Auslese und Analyse möglich auftretender Herzrhythmusstörungen. Sprechen Sie uns einfach an!

DAS WASSEREIMER-RÄTSEL

Foto: fotolia

Anna und Peter möchten 4 Liter Wasser abmessen. Dazu stehen Ihnen lediglich ein 5-Liter-Eimer und ein 3-Liter-Eimer zur Verfügung. Sie haben weder eine Waage, noch haben die Eimer eine Skalierung. Auch stehen Ihnen keine weiteren Gefäße zur Verfügung. Wie kann das Problem gelöst werden?

Lösung: Anna und Peter füllen zunächst den 5-Liter-Eimer mit Wasser auf, um dann aus dem 5-Liter-Eimer den 3-Liter-Eimer zu befüllen. Im 5-Liter-Eimer verbleiben 2 Liter Wasser. Im Anschluss wird der 3-Liter-Eimer von Anna und Peter geleert und die verbliebenen 2 Liter Wasser aus dem 5-Liter- in den 3-Liter-Eimer umgefüllt. Nun füllen Sie den 5-Liter-Eimer erneut mit Wasser und füllen daraus den 3-Liter auf. Im 5-Liter-Eimer sind nun exakt 4 Liter Wasser.

WIR SIND BAUMPATE!

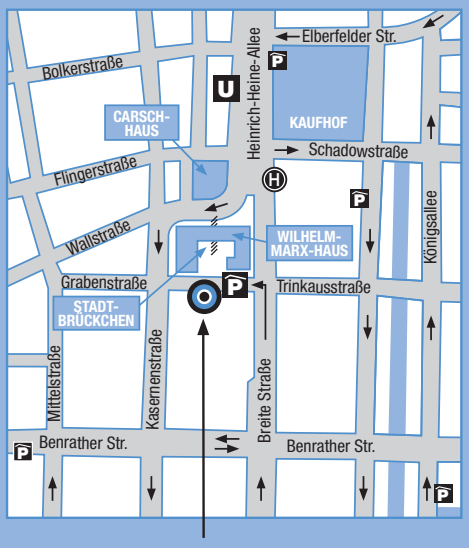
Am frühen Abend des Pfingstmontags 2014 traf das Sturmtief Ela mit unbändiger Wucht auf das Rheinland. Tausende Bäume – teilweise mehrere Jahrhunderte alt – wurden umgeknickt und entwurzelt, Gebäude wurden beschädigt, mehrere Menschen kamen zu Schaden.

Die Bilder der teils verwüsteten Straßenzüge und der bis heute entstellten Parkanlagen haben uns tief bewegt. Schnell war für uns daher klar: Wir wollen helfen – und zwar mit der Übernahme einer Baumpatenschaft! „Unser“ Baum ist jetzt eine Platane geworden, die in den kommenden Wochen auf der Berliner Allee ihren Platz finden wird. Es erfüllt uns mit Stolz, Teil der immer größer werdenden Gemeinschaft von Spendern zu sein, die sich in Düsseldorf zusammengefunden hat. Wir werden in der kommenden Ausgabe unseres Newsletters weiter berichten und hoffen, Ihnen dann bereits die ersten Fotos unserer Platane präsentieren zu können. Sie haben ebenfalls Interesse an einer Baumpatenschaft oder wollen einen Betrag spenden? Hier fahren Sie mehr zum Thema: www.duesseldorf.de/baumspende/ oder telefonisch unter 0211 8921 800.

Weil uns Ihre Gesundheit am Herzen liegt, finden Sie uns in Düsseldorf und in Meerbusch-Büderich – näher dran an unseren Patienten links und rechts des Rheins.

UNSERE PRAXIS IN DÜSSELDORF

Grabenstraße 17
40213 Düsseldorf
Telefon 0211 300 44 965



CARDIOPRAXIS
am Wilhelm-Marx-Haus

UNSERE PRAXIS IN MEERBUSCH

Dorfstraße 32 a
40667 Meerbusch
Telefon 02132 658 68 30

CARDIOPRAXIS
in Meerbusch-Büderich

info@cardiopraxis.de
www.cardiopraxis.de