

Durchblutung gestört: Wenn Gehen zur Qual wird

Die Schaufensterkrankheit – ein Begriff, den viele schon einmal gehört haben, ohne genau zu wissen, was sich dahinter verbirgt. „Claudicatio intermittens“ – so die andere Bezeichnung – beschreibt die auftretenden Symptome ziemlich genau, bedeutet es doch so viel wie „Immer wieder auftretendes Hinken“. Und tatsächlich klagen zahlreiche Betroffene nach einer bestimmten Gehstrecke über Schmerzen zumeist in der Wadenmuskulatur, die sie zum Stehenbleiben zwingen. Weil viele sich ihre Beschwerden nicht anmerken lassen wollen, bleiben sie oft und in regelmäßigen Abständen vor Schaufenstern stehen – daher der Name „Schaufensterkrankheit“.

Arterien betroffen

Die Schaufensterkrankheit gehört zu den so genannten peripheren Arteriellen Verschlusskrankheiten (pAVK), bei denen in den Arterien des Beckens und der Beine Einengungen oder Verschlüsse auftreten, die die Durchblutung stören. In über 90 Prozent der Fälle sind die Beine betroffen, nur bei zirka 10 Prozent der Erkrankten die Arme. Ist die Durchblutung gestört, entsteht eine Mangelsituation, die sich häufig durch kalte Füße oder in einem späteren Stadium als Schmerz äußert und die schließlich zum Absterben von Gewebe führen kann, wenn der Betroffene nichts dagegen unternimmt.

Indikator für Herz-Kreislauf-Erkrankungen

Hauptursache der Schaufensterkrankheit ist die Arteriosklerose oder Atherosklerose. Bei der Arteriosklerose verlieren die



Gefäße an Elastizität, verengen sich und verhärten an den Wänden: Sie „verkalken“, wie der Volksmund sagt. Die Arteriosklerose wiederum ist eine häufige Ursache für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Und so stellt die Schaufensterkrankheit neben ihrer Bedeutung als behandlungsbedürftiges Leiden eine wichtige so genannte Markerkrankheit in Bezug auf die koronare Herzkrankheit und den Schlaganfall sowie seine Vorstufen dar. Wenn also der Arzt eine periphere arterielle Verschlusskrankheit diagnostiziert, ist es sehr wahrscheinlich, dass gleichzeitig eine der anderen Herz-Kreislauf-Erkrankungen nachweisbar ist oder aber ein erhöhtes Risiko dafür besteht.

Eine Studie aus Cleveland in den USA hat gezeigt, dass lediglich 10 Prozent der Patienten mit Durchblutungsstörungen der Beine unauffällige Herzkranzgefäße haben.

Und in 25 bis 50 Prozent sind bei vorliegender peripherer arterieller Verschlusskrankheit auch hirnversorgende Arterien betroffen.

Neben dem Herzinfarkt und seinen Vorstufen – z. B. der koronaren Herzkrankheit – sowie dem Schlaganfall zählt die Schaufensterkrankheit damit zu den Herz-Kreislauf-Erkrankungen, die in der westlichen Welt führend in der Krankheits- und Todesursachenstatistik sind. Etwa zwei Prozent der 40- bis 55-jährigen und sechs Prozent der über 60-jährigen Männer leiden an einer bereits symptomatischen – das heißt mit Beschwerden verbundenen – peripheren arteriellen Verschlusskrankheit. Frauen vor den Wechseljahren sind weniger häufig betroffen, da die weiblichen Geschlechtshormone einen gewissen Schutz für die Gefäße darstellen.

Fortsetzung auf Seite 2

Editorial

PREVENT – jetzt günstiger?

Einen Großteil unserer Check-ups führen wir direkt im Auftrag und auf Rechnung der Unternehmen der von uns betreuten Führungskräfte durch. In der Tradition unseres Institutes betrachten wir diese Leistung als „Arbeitsmedizin für Manager“, weil die Check-ups aus Sicht der Unternehmen vor allem der Sicherung der Gesundheit und damit der Einsatzfähigkeit ihrer Leistungsträger dienen. Aber auch Selbstständige und Privatpersonen nutzen unser Angebot in verstärktem Maße und das vor allem dann, wenn sie in den Ruhestand gewechselt haben und die Firma die Kosten nicht mehr übernimmt. Für diesen Personenkreis hat sich jetzt eine Verbesserung ergeben.

Laut Schreiben der Oberfinanzdirektion Karlsruhe sind direkt an Privatpersonen gestellte Rechnungen von der Umsatzsteuer befreit, da bei der Untersuchung die individuelle Gesundheit und nicht der Aspekt der beruflichen Einsatzfähigkeit für ein Unternehmen im Vordergrund steht. Das bedeutet, dass PREVENT Privatpersonen seinen Gesundheits-Check-up ab sofort ohne die Berechnung der Mehrwertsteuer und somit 16 Prozent günstiger anbieten kann – ein Betrag, den Sie gleich in ein Paar gute Laufschuhe, eine Pulsuhr oder eine andere sinnvolle Ausgabe für die eigene Gesundheit investieren können!

Dr. med. Ludger Ciré



Fortsetzung von Seite 1

Risikofaktoren frühzeitig erkennen

Bereits 1843 wusste der Heidelberger Pathologe Tiedemann, welche Personen zur Risikogruppe für Durchblutungsstörungen gehören: „Es sind Männer der höheren Stunde, die luxuriös leben, starke Weine trinken, sehr nahrhaftes Fleisch und gewürzte Speisen genießen und ein untätiges Leben fahren.“

Daran hat sich bis heute nichts geändert. Auch im 21. Jahrhundert zählen Rauchen, Übergewicht, Bewegungsmangel, ein erhöhter Blutdruck, Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, ein erhöhter Homocystein Spiegel sowie erhöhte Fibrinogenwerte im Blut zu den Risikofaktoren für Durchblutungsstörungen und damit auch für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Es gibt Hinweise darauf, dass insbesondere das Rauchen für die Becken-Bein-Gefäße das stärkste Gift darstellt und die Arteriosklerose begünstigt – so spricht man im fortgeschrittenen Stadium der Schaufensterkrankheit auch vom Raucherbein.

Alle diese Risikofaktoren sind heute nachweisbar, vermeidbar oder durch den jeweiligen Lebensstil beeinflussbar sowie gegebenenfalls behandelbar. Wichtig ist nur, dass sie rechtzeitig erkannt werden. Denn dann gehören Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu der dankbarsten Gruppe von Krankheiten: nämlich zu jenen, bei denen

Arzt und Betroffener – möglichst schon vor dem Auftreten von Gefäßschäden – gemeinsam aktiv werden können. Wäre die ausführliche präventivmedizinische Diagnostik jedes Einzelnen so verbreitet und selbstverständlich wie die regelmäßige TÜV-Untersuchung für das Auto, könnten viele Todesfälle und Fälle von Pflegebedürftigkeit verhindert werden.

Vorsorge ist alles

Insofern müssen die gründliche Anamnese sowie eine sorgfältige körperliche und apparative Diagnostik in Bezug auf Durchblutungsstörungen unbedingter Bestandteil einer präventivmedizinischen Untersuchung sein.

Bei PREVENT gehören sie selbstverständlich zum Check-up. Ziel ist es, möglichst noch vor Eintreten der durch Gefäßveränderungen verursachten Beschwerden die Risikofaktoren zu erfassen. Dann nämlich kann der Betroffene durch eine angepasste Lebensweise vermeiden, dass die Arterien sich arteriosklerotisch bedingt verengen und es in der Folge zu Durchblutungsstörungen kommt.

Um eine Diagnose für die Bein- und Arteriengefäße stellen zu können, nimmt der Arzt eine Blutdruck- und Pulsmessung vor. Dabei tastet er die Pulse ab, hört die Gefäße mit dem Stethoskop ab und bestimmt

Übrigens: PREVENT kommt Ihnen näher!

Seit Juli 2002 gibt es PREVENT auch in München – an einem attraktiven Standort mit dem gewohnt hohen Niveau der Niederlassungen Karlsruhe, Baden-Baden, Berlin und Düsseldorf. Wenn Sie also bei Nachuntersuchungen nach München wechseln möchten, so ist das problemlos jederzeit möglich. Wir folgen mit diesem Schritt einem häufig geäußerten Wunsch der von uns betreuten Unternehmen im süddeutschen Raum und hoffen, dass der Entschluss zu einer Teilnahme an unserem Check-up hierdurch einem breiten Personenkreis erleichtert wird.

PREVENT
Lothstraße 19
80797 München
Tel.: (089) 1895179-0
Fax: (089) 1895179-9
E-Mail: PREVENT.Muenchen@ias-stiftung.de

das Verhältnis des Blutdrucks am Bein und am Arm. Durch die Untersuchung mit Ultraschall kann er den Schweregrad einer möglichen Verengung schmerzlos und nebenwirkungsfrei darstellen. Eine Angiographie, also die Darstellung des Gefäßsystems mit Röntgenkontrastmittel,

wird dann durchgeführt, wenn die Vermutung besteht, dass die Erkrankung fortgeschritten ist. Darüber hinaus geben die Blutgefäße im Augenhintergrund ein Abbild des Zustandes der kleinen Blutgefäße und sind diagnostisch durch eine Augenspiegelung oder eine fotografische Aufnahme zugänglich.

Stop smoking – Keep walking

An erster Stelle steht prophylaktisch und therapeutisch die Vermeidung oder Behandlung der genannten Risikofaktoren. Ferner können gerinnungshemmende Medikamente wie Acetylsalicylsäure – besser bekannt als Aspirin – angezeigt sein, die gleichzeitig Herz und Gehirn schützen.

Hat der Arzt Hinweise auf das Vorhandensein einer Schaufensterkrankheit gefunden, gehört das Gehtraining zu den effektivsten Formen der Therapie. Das Ziel: Durch regelmäßiges, intensives Training

sollen so genannte Umgehungskreisläufe – auch Kollateralen genannt – gebildet und damit arterielle Engstellen oder Verschlüsse umgangen werden. Kleinste schon bestehende Arterien weiten sich unter dem Gehtraining zu kräftigen Gefäßen. Der Betroffene sollte das Gehtraining möglichst täglich eine halbe bis eine Stunde lang bis zum Auftreten von Schmerzen durchführen. Dann sollte er stoppen und erst weitergehen, wenn der Schmerz verschwunden ist.

Das Fahrradergometer ist im Falle der Schaufensterkrankheit nicht geeignet, weil es in erster Linie die Oberschenkelmuskulatur kräftigt, bei der Schaufensterkrankheit aber in aller Regel die Wadenmuskulatur im Vordergrund steht. In schweren Fällen stellen die Aufdehnung der Gefäße mittels eines Katheters – Balldilatation genannt – oder operative Maßnahmen, wie das Legen eines Bypass, weiterführende Therapiemöglichkeiten dar.

Doch so weit muss es gar nicht kommen. Denn eines lässt sich mit Sicherheit sagen: Erkennt und behandelt der Arzt eine Durchblutungsstörung der Arterien frühzeitig, lässt sich nicht nur die Lebensqualität der Betroffenen steigern, sondern auch die Sterberate aufgrund fortschreitender Arteriosklerose senken.

Kontakt & Information

- Deutsche Gefäßliga e. V., Postfach 4038, 69254 Malsch b. Heidelberg
- Deutsche Gesellschaft für Gefäßsport, Praxis Dr. Gerlach, Telefon: 06204/79793
- Akademie für Gefäßerkrankungen e. V., Klinikum Karlsbad, Guttmannstr. 1, 76307 Karlsbad
- Aufklärung Herz-Kreislauf: www2.lifeline.de/infoline/arterien/pavstart.html.
- Forum Gefäßmedizin: www.gefaess-medizin.de

Prof. Dr. med. Rafael Adam

PREVENT[®]

Der Gesundheits-Check-up

Baden-Baden · Berlin · Düsseldorf · Karlsruhe · München

Informationen bei: Edda Fuchs, Tel.: (0721) 8204-230

Check-up-Termine: Simone Guth, Tel.: (0721) 8204-218

www.prevent.de