

# Curaplan

**AOK**  
Die Gesundheitskasse.

Für Teilnehmer an AOK-Curaplan  
Diabetes mellitus und KHK

*aktiv*

Ausgabe 2/2016

Herz-Kreislauf-Medikamente

## Wieder aktiv im Leben

Ein Service Ihrer AOK

### ➔ Kleine Helfer

Schrittzähler und Apps fördern  
die Motivation Seite 6

### ➔ Zusammen stark

Wie Sie eine Erkrankung gemeinsam  
bewältigen können Seite 8





Herz-Kreislauf-Medikamente

# Vier starke Helfer

Zur Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen gibt es einige wirksame Medikamente. Ihr Einsatz wird in den strukturierten Behandlungsprogrammen für Patienten mit Koronarer Herzkrankheit und Diabetes ausdrücklich empfohlen. Sie mindern weitere Krankheitsfolgen, machen den Alltag leichter und schaffen mehr Lebensfreude.

Den Einkauf in den dritten Stock tragen? Per Kurzsprint noch den Bus erwischen? Mit Kindern oder Enkeln herumtollen? Alles nicht so einfach, wenn Herz und Kreislauf nicht mehr richtig mitmachen. Kardiovaskuläre Krankheiten können im Alltag ganz schön belasten. Umso wichtiger ist es, sie mit bewährten Medikamenten im Zaum zu halten. Das gilt für Patienten mit Koronarer Herzkrankheit

(KHK), aber auch für Menschen mit Diabetes, für die ein gut eingestellter Blutdruck genauso wichtig ist wie der Blutzucker. Für die Behandlung steht ein starkes Quartett an Medikamenten zur Verfügung. Sie senken den Blutdruck und entlasten das Herz.





Diese vier Medikamente sind keine Zauber-  
mittel, können Herz und Kreislauf aber spür-  
bar unterstützen: Der Alltag wird leichter,  
die Lebensfreude steigt und das Risiko für  
weitere Krankheitsfolgen sinkt. Die Medi-  
kamente wurden in umfangreichen Studi-  
en mit vielen Probanden geprüft. Dabei hat  
sich wissenschaftlich klar erwiesen, dass sie  
den meisten Patienten dauerhaft helfen. Sie  
kommen deshalb auch in den strukturierten  
Behandlungsprogrammen bei Diabetes und  
KHK zum Einsatz.

### 1 Statine (Lipidsenker)

Sie senken die Blutfettwerte, indem  
sie das LDL-Cholesterin verringern. Bei  
hohen Werten steigen der Blutdruck und  
das Infarktrisiko, denn das LDL-Choles-  
terin lagert sich – verbunden mit Fett und  
Eiweiß – in die Gefäßwände ein und lässt  
sie eng und starr werden („Arterienverkal-  
kung“). Weil Statine insgesamt die Gefäß-  
wände schützen, sind sie oft auch bei nor-  
malen Cholesterinwerten sinnvoll. Statine  
können gelegentlich Muskelschmerzen und  
Konzentrationsstörungen verursachen und,  
sehr selten, auch die Leber schädigen.

### 2 Betablocker

Sie wirken über das vegetative Nerven-  
system und senken die Zahl der Herzschläge,  
aber auch den Blutdruck. Die Lebenserwar-  
tung von Patienten mit Bluthochdruck und  
Herzschwäche, die Betablocker einneh-  
men, steigt nachweislich. Sinkt die Zahl der  
Herzschläge zu stark, macht das müde und  
schlapp. Möglich ist auch, dass die sexuelle  
Lust und bei Männern die Erektion nachlässt  
oder ausbleibt. Das betrifft aber weniger als  
einen von 100 Patienten, die Betablocker  
einnehmen. Betablocker können zu einer  
Verengung der Atemwege führen. Für herz-  
kranke Menschen mit Asthma ist der Einsatz  
neuerer Betablocker dabei abzuwägen.

### 3 ACE-Hemmer

Sie sorgen dafür, dass sich die Blut-  
gefäße weiten. Der Blutdruck sinkt und das  
Herz muss nicht so stark pumpen. Vor allem

für Patienten, deren KHK bereits zur Herz-  
schwäche geführt hat, sind ACE-Hemmer  
sinnvoll – aber auch für Menschen mit Dia-  
betes, die einen zu hohen Blutdruck haben.  
Senken die Mittel den Blutdruck zu stark,  
fühlen sich Patienten müde und schwindelig.  
Manchmal bewirken sie auch einen trocken-  
en Reizhusten.

### 4 Thrombozytenaggregations- hemmer

Sie verhindern, dass Thrombozyten (Blut-  
plättchen) kleine Klumpen bilden (aggre-  
gieren). Diese Klümpchen sind gefährlich,  
weil sie den Blutfluss behindern, die Gefä-  
ße verengen und so den Blutdruck anstei-  
gen lassen. Schlimmstenfalls können sie zu  
einem Herzinfarkt oder Schlaganfall führen,  
wenn sie im Hirn oder am Herzen Blutgefä-  
ße verstopfen. Wie bei jedem Medikament  
sind auch hier Nebenwirkungen möglich:  
Weil das Blut weniger leicht gerinnt, können  
kleinere Blutungen zunehmen (z. B. Nasen-  
bluten). Möglich sind auch Magen-Darm-  
Beschwerden. Sehr selten kann es zu Hirn-  
-, Magen- oder Darmblutungen kommen.

### Und die Nebenwirkungen?

Nebenwirkungen *können* auftreten, müssen  
es aber nicht. Und wenn, sind sie meist durch  
eine Änderung der Dosis oder den Wechsel  
zu einem anderen Wirkstoff derselben Medi-  
kamentengruppe gut in den Griff zu kriegen.  
Voraussetzung dafür ist, dass Sie Ihrem Arzt  
von eventuellen Nebenwirkungen berichten.  
Nennen Sie ihm auch alle anderen Medi-  
kamente, die Sie nehmen, um ungewollte  
Wechselwirkungen zu verhindern. Wenn  
Sie Zweifel an der Behandlung haben, soll-  
ten Sie darüber mit Ihrem Arzt sprechen. Die  
Medikamente sollten Sie nicht selbstständig  
absetzen.

Sollte Ihr Arzt Ihnen andere Medikamente  
als die hier empfohlenen verordnen, fragen  
Sie ihn nach dem Grund. Er sollte einen  
Wechsel gut begründen und die Wirksam-  
keit der anderen Mittel belegen können. ●

(Julia Baumgart)