

Gemeinschaftspraxis
Dr. med. Roger Lux
Dr. med. Christina Lux

Fachärzte für Innere Medizin

Akupunktur ◦ Ernährungsmedizin ◦ Hausärztliche Versorgung

Gesundheitszentrum am Lambertiplatz

48653 Coesfeld, Lambertiplatz 3

Tel.: (0 25 41) 53 88, Fax (0 25 41) 8 73 13, E-mail: info@gemeinschaftspraxis-lux.de, www.gemeinschaftspraxis-lux.de

Koronare Herzerkrankung (KHK)

Behandlung – Therapieziele

Checkliste KHK:

Lebensstilveränderung:

- Gewichtsreduktion/ Gewichtsnormalisierung:
Ziel: BMI zwischen 19,5-25,0, Taillenumfang: Männer <102 cm, Frauen < 89 cm.
- Nikotinkarenz/ Raucherentwöhnungsprogramme
- Ernährungsumstellung: Mediterrane Ernährung mit Fischöl, Omega-3-Fettsäuren
- Moderater Alkoholkonsum
- Körperliche Aktivität: 4-5 mal pro Woche a 30-45 Minuten, moderates Ausdauertraining, ergänzt durch leichten Kraftsport, Teilnahme an einer Herzsportgruppe, ggf. kardiologische Rehabilitation
- Stressabbau, Entspannungsverfahren (Yoga, Muskelrelaxation nach Jacobson etc.)

Medikamentöse Therapie:

- ASS, Clopidogrel, Betablocker, ACE-Hemmer und AT-II-Blocker zur Verbesserung der reaktiven Umbauprozesse bei KHK, Calciumantagonisten, ggf. Medikamente bei Herzmuskelschwäche (Herzinsuffizienz) wie Torasemid, Furosemid, Spironolacton, Eplerenon, Sacubitril.
- Fettsenkende Therapie: Statine, Ezetimib, Therapie-Ziel: LDL-C < 70mg/dl
- Jährliche Gripeschutzimpfung, Impfung gegen Lungenentzündung (Pneumokokken)
- Verhalten im Notfall, anhaltende Angina Pectoris-Symptomatik: Nitroglycerin als Kapsel und Spray, Notruf 112 absetzen

Weitere Therapieziele/ Kontrolluntersuchungen:

- Therapieziele für den Blutdruck: < 140/90, bei Diabetes mellitus und Chronischer Nierenkrankheit < 130/80
- Therapieziel bei Diabetes mellitus: HbA1c < 7,0%
- Therapieziel Fettstoffwechselstörung: LDL-C < 70mg/dl
- Teilnahme am strukturierten Behandlungsprogramm DMP-KHK alle 3 bis 6 Monate
- Jährliches Belastungs-EKG
- Jährliche Herzechokardiographie
- Jährliche Dopplersonographie-Untersuchung auf pAVK
- Jährliche Farbkodierte Ultraschall-Untersuchung der Halsschlagarterien
- Jährliche Ultraschall-Untersuchung des Bauchraumes (Bauchaortenaneurysma)
- Jährliche Spirometrie bei COPD (chronische Bronchitis) oder langjährigem Nikotinkonsum
- Jährliche Blutuntersuchung des Blutbildes, Leber, Niere, Schilddrüse, Blutzucker, HbA1c

Ihr Praxisteam Dres. med. Lux