



# PRESSEMITTEILUNG

## Herzkrank wegen Diabetes

**Bremen, 24. August 2011 – Hohe Blutzuckerwerte schwächen das Herz und steigern das Infarktrisiko. „Herzkrankungen treten bei Diabetikern häufiger auf und sind gefährlicher als bei stoffwechselgesunden Menschen“, sagt Dr. Athanasios Gkanatsas, Herzspezialist in der Kardiologisch-Angiologischen Praxis - Herzzentrum Bremen. Werden Blutzucker, -fette und Cholesterin nicht regelmäßig kontrolliert und reguliert, kann Diabetes schwere Herz-Kreislauf-Erkrankungen auslösen und sogar tödlich enden.**

Rund 50 Prozent der Herzpatienten sind in der Regel zuckerkrank oder weisen erhöhte Blutzuckerwerte auf. Von ihrer Erkrankung wissen Patienten häufig allerdings nichts. „Betroffene suchen mit Herzbeschwerden einen Arzt auf und erfahren erst dann, dass sie Diabetes haben“, so der Kardiologe. Andererseits bringen Diabetiker auftretende Herzbeschwerden nur selten mit ihrer Stoffwechselerkrankung in Zusammenhang: „Im Allgemeinen stufen Zuckerkrankte Rauchen und Übergewicht als größere Risikofaktoren für einen Infarkt ein als ihren eigenen Stoffwechsel.“ Dass Diabetes auch Herzkrankungen in erheblichem Maße verursachen kann, sei vielen nicht bekannt.

Dazu kommt ein weiterer Aspekt: Diabetiker haben ein niedriges Schmerzempfinden und nehmen Herzschmerzen oft erst sehr spät wahr. „Das erklärt die hohe Mortalität der Diabetiker unter den Herzkranken. Sie empfinden kein Signal in Form von Schmerzen, das ihnen als Warnung dienen könnte“, erklärt Gkanatsas. Denn der hohe Blutzuckerspiegel schädigt nicht nur Gefäße, sondern auch Nerven. „Es beginnt mit einem Missempfinden in Beinen und Füßen an und weitet sich zu Gefühlsstörungen im ganzen Körper aus.“ Häufig werde deshalb eine Herzkrankung bei Diabetikern erst spät festgestellt.

### **Blutzucker bedingt zahlreiche Risikofaktoren**

Durch die dauerhaft hohe Blutzuckerkonzentration sind Diabetiker nicht nur schneller herzkrank, sondern erholen sich auch schlechter von einer Herz-Kreislauf-Erkrankung als Patienten ohne Vorerkrankungen. Grund dafür: Unterschiedliche Faktoren beeinträchtigen langfristig die regenerierenden Vorgänge im Körper. Gkanatsas weiter: „Bei Zuckerkranken setzen die Körperzellen in erhöhtem Maße Fette frei und bewirken hohe Blutfettwerte.“ Damit verändert sich auch der Elektrolythaushalt. Der Körper wird nicht mehr regelmäßig mit Natrium oder Kalium versorgt. Die Folge: „Herzmuskelzellen erhalten nicht mehr ausreichend Energie und sind damit weniger leistungsfähig.“ Betroffene litten dann an Herzschwäche und seien kaum belastbar.

Auf molekularer Ebene beeinträchtigt der hohe Blutzuckerspiegel zahlreiche Prozesse in den Zellen. Er stört die Herstellung von Proteinen, die Ausschüttung von Hormonen und die Aktivierung von Immunzellen und macht anfällig für Infekte. „Er schädigt die Blutgefäße nachhaltig und führt dazu, dass das Blut schneller gerinnt und Gefäße verstopft“, so Gkanatsas. Ein Herzinfarkt und Schlaganfall seien die Folge. Auch größere Blutgefäße könnten langfristig Schaden tragen: „Arterien werden verstopft oder verschlossen. Die Herzkranzgefäße verengen sich.“ Das führe zur



Durchblutungsstörung Angina pectoris, die von Patienten als Brustenge mit Herzschmerzen wahrgenommen wird.

### **Herz mit ausreichend Magnesium versorgen**

Infolge der Stoffwechselstörung und der damit einhergehenden Einnahme von Medikamenten entsteht ein Versorgungsengpass an wichtigen Vitaminen und Mineralstoffen wie zum Beispiel Magnesium. Zudem kann das Herz das Magnesium nicht mehr ausreichend binden. „Das begünstigt wiederum entzündliche und gefäßschädigende Prozesse, die Herzinfarkte und Thrombosen auslösen“, so Gkanatsas. Bei Herzinfarkt- und Bluthochdruckpatienten sei nachweislich der Magnesium-Gehalt in den Zellen erniedrigt.

In erster Linie sollte deshalb einem Magnesium-Mangel vorgebeugt werden. Dazu gehört eine ausgewogene und magnesiumreiche Ernährung mit Hülsenfrüchten, Obst und Vollkornprodukten. „Ein wesentlicher Biofaktor, der die Bindung von Magnesium durch die Herzzellen verbessert, ist Vitamin B 13 – die so genannte Orotsäure“, erklärt Gkanatsas. Sie gleicht den Energiehaushalt der Zellen aus und stärkt somit die Belastbarkeit des Herzens. Diabetiker sollten deshalb vor allem Milchprodukte wie Joghurt, Molke und Käse in ihre tägliche Ernährung einplanen.

Neben der gesunden Nahrung, spielt die regelmäßige körperliche Aktivität eine besondere Rolle. Gkanatsas: „Stoffwechselkranke sollten darauf achten, ihr Gewicht im Normalbereich zu halten.“ Denn Übergewicht, hohe Cholesterin- und Blutfettwerte förderten vor allem bei Diabetikern Herzerkrankungen. Zudem sind Bluthochdruck und Rauchen gefährlicher als bei Nichtdiabetikern.

### **Bild frei zum Abdruck**

(Quelle: Kardiologisch-Angiologische Praxis am Klinikum Links der Weser)

#### **Bildunterschrift:**

Der Bremer Kardiologe Dr. Athanasios Gkanatsas warnt vor Diabetes als Ursache für Herzerkrankungen.

#### **Über die Kardiologisch-Angiologische Praxis - Herzzentrum Bremen:**

In der Kardiologisch-Angiologischen Praxis – Herzzentrum Bremen führen zwölf hoch spezialisierte Fachärzte ein breites Spektrum an Untersuchungen zur Erkennung, Behandlung und Vorbeugung von Herz- und Gefäßerkrankungen durch. Jährlich werden etwa 15.000 Patienten aus ganz Deutschland untersucht und behandelt. In Zusammenarbeit mit dem Klinikum Links der Weser führt das Ärzteteam in den drei modernen Herzkatheterlaboren jährlich rund 7.500 Eingriffe durch. Die Praxis ist seit acht Jahren Teil des Herzzentrums Bremen, das eine Komplettversorgung aller Herzerkrankungen anbietet. Zudem betreibt die Praxis eine fliegerärztliche Untersuchungsstelle für alle Tauglichkeitsklassen. Weitere Informationen im Internet unter: [www.kardiologie-bremen.com](http://www.kardiologie-bremen.com).

#### **Pressekontakt:**

Annika Heilgenberg  
Reitzenstein | Lenk GbR – Agentur für PR und CSR  
Wachtstraße 17-24  
28195 Bremen  
Telefon 0421/ 949 38 25  
Email: [presse@agentur-reitzenstein.de](mailto:presse@agentur-reitzenstein.de)