

Dilatative Cardiomyopathie (DCM)



Bei Ihnen ist eine Erkrankung des Herzmuskels festgestellt worden, die nun weiter behandelt werden muß. Nachfolgend möchte ich Sie kurz über die Erkrankung, ihre Behandlung und darüber, was Sie beachten müssen informieren.

Was ist eine dilatative Cardiomyopathie?

Bei der dilatativen Cardiomyopathie (DCM) handelt es sich um eine Krankheit, die dazu führt, daß der Herzmuskel müde geworden ist. Für diese Müdigkeit gibt es viele Ursachen:

Durchblutungsstörungen des Herzmuskels, Überlastung des Herzens durch eine lange bestehende Hochdruckkrankheit oder durch Herzklappenfehler, im Gefolge eines Herzinfarktes, als „Restzustand“ nach einer Herzmuskelentzündung, nach vermehrten

Alkoholkonsum oder (in vielen Fällen:) auch ohne feststellbare Ursache.

Wenn der Herzmuskel ermüdet hat dies zur Folge, daß auch das Herz als Ganzes müde pumpt und Ihren Körper nicht mehr ausreichend mit Blut versorgen kann. Die Folgen sind Luftnot unter Belastung, Wasseransammlungen in den Beinen oder in den Lungen oder bestimmte Herzrhythmusstörungen wie z.B. Vorhofflimmern.

Wie wird die Krankheit behandelt?

Nachdem mit der Herzkatheteruntersuchung eine bedeutsame Erkrankung der Herzkrankheit (KHK) oder der Herzklappen, die man mit einer Herzoperation oder Ballonerweiterung (PTCA) hätte behandeln

müssen besteht die weitere Behandlung in der Gabe von Medikamenten. Es sind dies Medikamente, die man zur Behandlung der Herzschwäche („Herzinsuffizienz“) einsetzt.

Es gibt kein „Standardschema“, mit dem jeder Mensch mit einer DCM behandelt würde; die Art der Medikamente und deren Dosierung muß vom Arzt vielmehr für jeden Einzelnen individuell „zugeschnitten“ werden. Die meisten Patienten werden dabei mit Substanzen wie ACE-Hemmern, AT1-, β -Blockern und entwässernden Medikamenten behandelt.

Wenn Sie die Beipackzettel dieser Medikamente lesen werden Sie feststellen, daß man sie auch zur Behandlung erhöhten Blutdrucks einsetzt. Menschen mit einer DCM bekommen diese Medikamente aber nicht wegen des Blutdrucks, sondern weil diese Medikamente durch ihre Entwässerung und gefäßerweiternde Wirkung zur Schonung (d.i. Entlastung) und damit indirekt zur Kräftigung des Herzmuskels beitragen. Alle Medikamente, die Sie bekommen sind zuvor an tausenden Menschen erprobt worden, sodaß wir Ärzte wissen, daß sie sicher eingenommen werden können und gut vertragen werden.

In einigen Fällen, vor allem beim Auftreten bestimmter Herzrhythmusstörungen (Vorhofflimmern) wird es zudem notwendig sein, ein blutverdünnendes Medikament (z.B. Marcumar®) einzunehmen, um Sie vor dem Auftreten einer Embolie und eines Schlaganfalls zu schützen.

Was ist bei einer Medikamentenbehandlung zu beachten?

- Das Wichtigste ist, daß Sie die Medikamente **genau so einnehmen, wie wir oder Ihr Hausarzt dies empfohlen** haben.

Menschen mit DCM müssen manchmal oft mehrere Medikamente täglich einnehmen. Bitten Sie daher Ihren Arzt darum, Ihnen eine Tabelle zu geben, in die die einzelnen Medikamente, die jeweilige Tablettenmenge und der Zeitpunkt der Einnahme notiert werden. Solche Medikamentenverordnungsblätter haben den Vorteil, daß Sie immer wissen, was Sie wann in welcher Menge einnehmen müssen und damit Sie nicht durcheinander kommen. Die Zettel dienen auch dazu, anderen Ärzten schnell und einfach erklären zu können, welche Medikamente Sie einnehmen.

- **Nehmen Sie die Medikamente immer ein**, auch dann, wenn es Ihnen gut geht. Denn ihren guten Zustand und ihr Wohlbefinden verdanken Sie gerade diesen Medikamenten. Wenn Sie ihre Therapie einfach beenden würden droht ein Rückfall der Herzschwäche und ein solcher Rückfall kann unter Umständen lebensgefährliche Ausmaße annehmen, die man dann auch mit allem, was die Medizin heute zu bieten hat nicht mehr beseitigen kann.
- Wenn Sie das Gefühl haben, daß die Medikamente **Nebenwirkungen** verursachen beenden oder verändern Sie die Medikation nicht, sondern sprechen Sie immer zuerst mit Ihrem Hausarzt oder mit Ihrem Kardiologen!
- Viele der Medikamente, die Sie einnehmen müssen nehmen Einfluß auf die Funktion der Nieren oder auf die Zusammensetzung des Blutes. Es ist daher notwendig, daß Sie sich **in regelmäßigen Abständen** vom Hausarzt auf das evtl. auftreten solcher Medikamentennebenwirkungen **untersuchen** lassen. Meistens ist dies mit einfachen Blutuntersuchungen möglich. Als

Intervall für solche Blutkontrollen schlagen wir „alle 3 Monate“ vor; Ihr Kardiologe bzw. Ihr Hausarzt werden Ihnen aber diesbezügliche Empfehlungen geben.

Was muß ich beachten?

Es gibt einige wenige Verhaltensregeln für Menschen mit DCM:

- Leben Sie Ihr normales Leben mit allem, was dazugehört; Nichts ist grundsätzlich verboten, d.h. Sie können in die Sauna gehen, in Urlaub fliegen usw.. Wenn Sie diesbezügliche Fragen haben: Sprechen Sie Ihren Hausarzt oder Kardiologen an.
- Belasten Sie körperlich! Es muß ja kein Marathon odermorgendlicher Langlauf im Park sein. Aber tägliches längeres Spazierengehen, 2-3maliges wöchentliches Schwimmen im Stadtbad oder die Teilnahme am Herzsport sind sicherlich gesund und daher sinnvoll. Sprechen Sie Ihren Hausarzt bzw. Kardiologen auch darauf an.
- Wenn Sie übergewichtig sind: Versuchen Sie, Ihr Gewicht zu verringern. Ein geschwächtes Herz kann einen leichten Körper einfacher mit Blut versorgen als einen Schwergewichtigen.
- Vermeiden Sie Alkohol, denn Alkohol schädigt auch in geringen Mengen (!) den Herzmuskel. Fortgesetztes Trinken von Alkohol ist die beste Garantie dafür, daß die Krankheit fortschreitet!
- Wenn Sie Fieber bekommen (z.B. im Rahmen einer Grippe): Legen Sie sich großzügig zu Bett, bis das Fieber wieder abgeklungen ist, denn Fieber belastet den Kreislauf und das Herz stark!
- Nehmen Sie Ihre Medikamente zuverlässig und gewissenhaft!

- Gehen Sie zu den regelmäßigen Kontrolluntersuchungen zu Ihrem Hausarzt und zum Kardiologen. Kommen Sie
- aber jederzeit und frühzeitig (!), wenn Sie das Gefühl haben, daß ihre körperliche Belastbarkeit ohne erklärenden Grund nachläßt, wenn Sie Wasser in den Beinen beobachten, das Herz stolpert oder wenn Sie schwindelig oder sogar ohnmächtig werden.
- Manche dilatativen Cardiomyopathien treten familiär gehäuft auf. Lassen Sie daher auch Ihre (evtl. vorhandenen) Kinder einmal vom Kardiologen mittels einer Echokardiographie untersuchen.

Wie geht es weiter?

Manchmal (erfreulicherweise aber selten!) verschlechtert sich die Pumpkraft des Herzens weiter, obwohl Sie gesund leben und ihre Medikamente gewissenhaft einnehmen. Manchmal muß man in solchen Fällen daran denken, eine Herztransplantation durchzuführen oder spezielle Herzschrittmacher (z.B. implantierbare Defibrillatoren oder 3-Kammer-Schrittmacher) zu implantieren.

Solche Verläufe sind selten, rechnen Sie nicht damit, daß das auch Sie betreffen würde. Aber seien Sie vorsichtig und kommen Sie regelmäßig zu den verabredeten Kontrolluntersuchungen bei Ihrem Hausarzt oder beim Kardiologen, denn Vorsicht ist besser als Nachsicht.

Weitere Informationen zu Cardiomyopathien, Herzschwäche, Herzschwäche, Marcumar® und vieles mehr finden Sie auf der Website www.meinherzdeinherz.info, wenn Sie auf „Wissen“ klicken.