



Dr. Hans-Jürgen Wiesenack beim Herz-Vortrag im Diakonie-Krankenhaus Elbingerode.
Foto: Matthias Schüler

Herz und Schmerz sorgen für zahlreiches Publikum

Kein Stuhl mehr frei bei Herzwochen-Vortrag

Elbingerode (bfa) • Rund 38 Millionen Mal schlägt ein menschliches Herz in einem Jahr. Diese und andere Fakten hat Oberarzt Dr. Hans-Jürgen Wiesenack bei seinem Vortrag im Rahmen der bundesweiten Herzwochen vermittelt.

Etwa hundert Gäste füllten dabei den Vortragsraum im Diakonie-Krankenhaus bis auf den letzten Platz. Bei seiner Arbeit gönne sich das Herz obendrein, so der Mediziner weiter, keine Ruhezeiten. Es arbeite meist ohne Wartungszyklen mit Teileaustausch, wie es etwa beim Auto nach zig Kilometern üblich ist. Treten je-

doch Störungen im Rhythmus auf, könne das zur ernststen Gefahr werden, warnte der Arzt.

Dr. Wiesenack gab Tipps, auf welche Symptome zu achten ist, wie diese diagnostiziert und behandelt werden können. Wichtig sei die Suche nach den wahren Ursachen für Herzbeschwerden und die Arbeit dagegen. Etwa durch eine Umstellung der Lebensweise, beim Essverhalten, durch Verzicht auf Nikotin und Alkohol.

Einer seiner Haupttipps für den Alltag: Regelmäßiges Sporttreiben - allein, im Team oder zum Beispiel auch in der Herzsportgruppe Elbingerode.