

Herzinfarkt-Risiko: Fast jeder Fünfte unterschätzt seine Gefahr!

RKI warnt: Größtenteils unterschätzen Deutsche ihr Herz-Kreislauf-Risiko. Erfahren Sie mehr über Prävention und Risikofaktoren.



Deutschland - Nach aktuellen Erkenntnissen des Robert Koch-Instituts (RKI) hat fast jeder fünfte Erwachsene in Deutschland im Alter von 35 bis 69 Jahren ein erhöhtes bis hohes Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall innerhalb der nächsten zehn Jahre. Dies wurde im Rahmen der Untersuchung „Gesundheit in Deutschland aktuell“ ermittelt, die zwischen Juni 2022 und Januar 2023 durchgeführt wurde und auf Daten von rund 3.270 Personen basiert. Besondere Beachtung sollten dabei die Ergebnisse finden, die in der aktuellen Ausgabe des Journal of Health Monitoring veröffentlicht wurden.

Erstaunlicherweise schätzt die Hälfte dieser Risikopersonen ihr eigenes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen als gering oder

sogar nicht vorhanden ein. Zu den Hauptursachen für diese Fehleinschätzung zählen mehrere Risikofaktoren, wie Bluthochdruck, Diabetes, und ungesunde Lebensgewohnheiten, darunter Rauchen und eine unzureichende Ernährung.

Risikofaktoren und Präventionsmaßnahmen

Die Untersuchung hebt hervor, dass eine hohe Risiko-Wahrscheinlichkeit von über 10 Prozent als hoch gilt, während die Werte zwischen 7,5 und 10 Prozent als erhöht klassifiziert werden. Männer zeigen insgesamt ein höheres Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen im Vergleich zu Frauen. Zu den von den Experten identifizierten Haupt-Risikofaktoren gehören zudem körperliche Inaktivität sowie Adipositas. RKI rät dazu, die eigene Herzgesundheit durch einen Online-Selbsttest des Deutschen Instituts für Ernährungsforschung (DIfE) zu überprüfen und so das persönliche Risiko besser einzuschätzen.

Das RKI betont, dass Herz-Kreislauf-Erkrankungen die Hauptursache für Morbidität und Mortalität im Land darstellen, wobei sie für etwa 40 Prozent aller Sterbefälle verantwortlich sind. Zudem entstehen durch diese Erkrankungen hohe gesellschaftliche Gesundheitskosten. Kardiometabolische Erkrankungen und gesundheitsbeeinträchtigende Verhaltensweisen sind vor allem dafür verantwortlich, dass Präventionsmaßnahmen in diesem Bereich von größter Bedeutung sind. Das Potenzial zur Risikominderung besteht vor allem in der Veränderung des Lebensstils.

Wichtigkeit der Risikowahrnehmung

Besonderes Augenmerk legen die Forscher auf die Tatsache, dass ein verbessertes Bewusstsein für das eigene Risiko als Schlüssel zu Verhaltensänderungen gelten kann. Die Untersuchung macht deutlich, dass Personen mit einem ungünstigen Risikofaktorenprofil oftmals ihr Risiko unterschätzen. Eine substanzielle Zielgruppe für präventive Maßnahmen stellen demnach die Bürger dar, die an einem

erhöhten bis hohen Risiko leiden und trotzdem keine adäquaten Schritte zur Risikominderung unternehmen.

Zusammenfassend lässt sich sagen, dass die Ergebnisse der RKI-Studie ein dringendes Handeln in Bezug auf die Aufklärung und Prävention von Herz-Kreislauf-Erkrankungen erfordern. Die Möglichkeit zur frühzeitigen Identifikation von Risikopatienten ist gegeben und sollte genutzt werden, um langfristig die Rate an Erkrankungen und Sterbefällen zu senken.

Für weitere Informationen zu diesem Thema können Interessierte die detaillierten Berichte des RKI auf folgenden Seiten einsehen: **Weser Kurier**, **RKI Neuigkeiten** und **RKI Herz-Kreislauf-Erkrankungen**.

Details	
Vorfall	Gesundheitskrise
Ort	Deutschland
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.weser-kurier.de• www.rki.de• www.rki.de

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de