



Eine Information der
Stadt Ingolstadt

Stadt Ingolstadt
Presse- und Informationsamt

Franziskanerstraße 7, 85049 Ingolstadt
Telefon: 0841 305-1090 oder -1091
Telefax: 0841 305-1089
E-Mail: pressestelle@ingolstadt.de
Internet: www.ingolstadt.de

Geschäftsstelle Gesundheitsregionplus Stadt Ingolstadt
Andreas Michel, Tel. 305-1456

19.09.2023 / 964

Gemeinsam fürs Herz um den Baggersee Ingolstadt

Info-Walking-Tour mit Kardiologen am Weltherztag

Am 29. September ist Weltherztag. Aus diesem Anlass veranstalten im Rahmen der Gesundheitsregion^{plus} Stadt Ingolstadt, das Klinikum Ingolstadt, die BRK Kreis-Wasserwacht Ingolstadt und die ehrenamtliche Regionalbeauftragte der Deutschen Herzstiftung, einen vielfältigen Aktionstag am Baggersee Ingolstadt. Im Mittelpunkt stehen die Vorbeugung und Behandlung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

Treffpunkt ist am Freitag, 29. September, um 15.30 Uhr am Fischerheim.

Herzinfarkte gehören noch immer zu den häufigsten Todesursachen und haben meist eine durch Risikofaktoren beeinflusste Vorgeschichte. Es ist deshalb besonders wichtig, beeinflussbare Risikofaktoren zu kennen und zu verringern. Über die wichtigsten Risikofaktoren für einen Herzinfarkt und darüber, wie man diese vermeidet sowie an welchen Anzeichen ein Herzinfarkt zu erkennen ist und welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt, informieren der kommissarische Klinikdirektor der Klinik für Kardiologie und Internistische Intensivmedizin, Dr. Peter Reil sowie weitere Kardiologinnen und Kardiologen des Klinikums bei einer „Info-Walking-Tour“ um den Baggersee.

An der Strecke um den See sind 20 Info-Banner aufgestellt. Sie geben den Teilnehmerinnen und Teilnehmern Praxistipps und Informationen rund ums Herz. Außerdem stehen die Kardiologinnen und Kardiologen des Klinikums auf der rund fünf Kilometer langen Strecke für Gespräche in lockerer Atmosphäre und fachliche Fragen gerne zur Verfügung.

Am Standort der Wachstation „Reiserhütte“ können Interessierte darüber hinaus mit Expertinnen und Experten der BRK Kreis-Wasserwacht Ingolstadt üben, wie im Ernstfall schnell und richtig reagiert werden kann. Denn wer sich in der Nähe eines vermuteten Kreislaufstillstands befindet und frühzeitig Reanimationsmaßnahmen einleitet, kann irreversible Schäden oder sogar den Tod verhindern. „Das Ziel unserer Aktion ist Bewusstsein zu schaffen, dass jeder seine Herzgesundheit beeinflussen kann. Und im Notfall sollte sich niemand scheuen, mit einer Herzdruckmassage zu beginnen, bevor professionelle Hilfe angekommen ist“, sagt Reil.



Eine Information der
Stadt Ingolstadt

Stadt Ingolstadt
Presse- und Informationsamt

Franziskanerstraße 7, 85049 Ingolstadt
Telefon: 0841 305-1090 oder -1091
Telefax: 0841 305-1089
E-Mail: pressestelle@ingolstadt.de
Internet: www.ingolstadt.de

Vor Ort ist auch die ehrenamtliche Regionalbeauftragte der Deutschen Herzstiftung, Marianne Jilke, die für einen persönlichen Austausch mit Patientinnen und Patienten oder Interessierten im Bereich der Herz-Kreislauf-Erkrankungen gern zur Verfügung steht.

Ebenfalls vor Ort ist die Geschäftsstelle der Gesundheitsregion^{plus} Stadt Ingolstadt am Gesundheitsamt, die mit vielfältigen Informationsmaterialien den Fokus auf die Prävention und Vorsorge legt. Die Leiterin des Gesundheitsamts Ingolstadt, Astrid Grundbrecher, betont: „Mit einem gesundheitsförderlichen Lebensstil kann das Risiko für einen Herzinfarkt und weitere Herz-Kreislauf-Erkrankungen gesenkt werden. Ziel sollte es sein, mehr Bewegung in den eigenen Alltag einzubauen.“

Die Info-Walking-Tour bietet dazu eine gute Möglichkeit, denn neben wertvollen Informationen für mehr Herzgesundheit steht die Bewegung im Vordergrund. Die Teilnahme setzt keine besondere körperliche Fitness voraus. Den Gruppen können sich Interessierte während der Tour um den See jederzeit anschließen.

Der Aktionstag ist eine Fortsetzung der im vergangenen Jahr durchgeführten Kampagne „Hand aufs Herz“ des Bayerischen Staatsministeriums für Gesundheit und Pflege.

Wichtig zu wissen –

Informationen vom komm. Klinikdirektor Dr. Peter Reil zum Herzinfarkt:

Anhaltender Druck auf der Brust sollte immer als Warnzeichen für einen Herzinfarkt betrachtet werden. Dann sollten Sie so schnell als möglich einen Arzt oder ein Krankenhaus aufsuchen. Dort kann der Infarkt mittels EKG und Laboruntersuchungen diagnostiziert werden. Bei Frauen sind übrigens uncharakteristische Beschwerden wie Schmerzen im Oberbauch, Übelkeit und Erbrechen, Atemnot und Erschöpfung häufiger als bei Männern. Dies erschwert das frühzeitige Eingreifen bei Frauen.

Die von der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie zertifizierte Brustschmerzstation im Klinikum Ingolstadt kann in den geschilderten Fällen helfen. Bei einem Verdacht auf Herzinfarkt zählt jede Minute. Je früher ein Infarkt behandelt wird, umso geringer ist der Schaden am Herzen. Bei einem Herzinfarkt muss das verschlossene Gefäß so schnell wie möglich wieder geöffnet werden. Dafür hat das Klinikum Ingolstadt zwei Herzkatheterlabore, darunter eines der modernsten in Bayern.

Weitere Informationen sind zu finden unter
www.ingolstadt.de/hand-aufs-herz