
Kinderkardiologen der Kinderklinik appellieren anlässlich des Weltherztages an Eltern, sich früher um Herzgesundheit der Kinder zu kümmern

1 Am 29.09. ist Weltherztag, der auf eine Initiative der World Heart Federation (WHF), in der sich die Herzstiftungen und kardiologischen Fachgesellschaften von mehr als 100 Ländern zusammengeschlossen haben, ins Leben gerufen wurde. Er regt zu umfangreichen Aufklärungskampagnen an, dabei wird auch geklärt, was jeder Einzelne tun kann, um Risiken für eine Herz-Kreislauf-Erkrankung oder einen Schlaganfall vorzubeugen. Der diesjährige Slogan lautet dazu passend: „Use Your Heart to Beat Cardiovascular Diseases“ („Nutze Dein Herz, um Herz-Kreislauf-Erkrankungen zu besiegen“). So versuchen Kardiologen weltweit, dazu anzuregen, der Herzgesundheit mehr Aufmerksamkeit zu schenken und so Krankheitsbilder wie den Herzinfarkt oder den Schlaganfall ebenso wie deren Risikofaktoren wie Bluthochdruck, Diabetes und Übergewicht zu besiegen.

Gute Gründe für die Kinderkardiologen der DRK-Kinderklinik Siegen und des angeschlossenen mvz Wellersberg, um im Vorfeld dazu aufzurufen, sich früher um die Herzgesundheit aller Familienmitglieder und damit auch der Kinder zu kümmern. „Aus unserer Sicht als Kinderärzte und Kardiologen ist es wichtig, zu betonen, dass man bereits im Kindesalter einen gesunden Lebensstil pflegen muss, um das Risiko, im Alter am Herz-Kreislaufsystem zu erkranken, zu senken“ erläutert Dr. Manfred Schill, Oberarzt in der Abteilung Pädiatrische Intensivmedizin und Neonatologie sowie Kinderkardiologe im mvz Wellersberg seine Motivation. Dazu gehören viele kleine Bausteine. Wer auf der einen Seite das Herz-Kreislauf-Risiko verringern und zugleich etwas für das Wohlbefinden tun möchte, sollte täglich mindestens 7.000, besser noch 10.000 Schritte gehen. „Jeder Schritt, jede Bewegungsaktivität zählt. Gehen Sie zusammen mit Ihren Kindern raus, spielen Sie am Spiel- oder Sportplatz, wandern Sie, gehen Sie schwimmen oder fahren Sie gemeinsam Fahrrad“, appelliert Dr. Timo Klaas, ebenfalls Kinderkardiologe im Team der DRK-Kinderklinik Siegen.

Neben ausreichender Bewegung spielt natürlich auch eine gesunde Ernährung eine wesentliche Rolle. Studien zeigen, dass gerade Menschen, die sich bei der Ernährung an den Vorgaben der Mittelmeerküche orientieren, deutlich wirksamer vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen sowie anderen chronischen Leiden wie etwa dem Diabetes Typ II geschützt sind. Beide Elemente haben natürlich auch zum Ziel, das Körpergewicht in einem sinnvollen Rahmen zu halten. Kinderärzte schauen bei den U- und J-Untersuchungen auf die Perzentile, ein Maß, das vor allem benutzt wird, um die Entwicklung der Körpergröße im Verhältnis zum Körpergewichts von Kindern und Jugendlichen einzuschätzen. Laut Dr. Schill „weist eine deutliche Abweichung darauf hin, dass hier die Entwicklung beobachtet werden sollte. Denn leider sehen wir zunehmend Kinder mit Übergewicht, was natürlich im Hinblick auf die weitere Entwicklung einen hohen Belastungs- bzw. Risikofaktor darstellt.“ Dabei sollten Eltern sich diesbezüglich nicht nur auf die entsprechenden Schulsportstunden verlassen, sondern selbst auch Anreize schaffen. „Dazu gehört natürlich auch, als Eltern als Vorbilder selbst einen gesunden Lebensstil zu pflegen, damit die Kinder es ihnen gleichtun. Das ist umso wichtiger, da Ursachen für Herz-Kreislauf-Erkrankungen sich bereits in der Kindheit ankündigen können,“ betont Dr. Klaas. Die Gesundheit von Kindern fängt bei der eigenen Gesundheit an. Mit dem Übergewicht steigt übrigens das Risiko für einen schweren Verlauf bei einer Corona-Erkrankung auch bei Kindern deutlich an, betonen die beiden Spezialisten unisono.

Sollten Eltern erste Warnzeichen wie etwa eine Kurzatmigkeit bei körperlicher Belastung, Schwindel oder plötzliche Ohnmachtsanfälle bemerken, empfehlen die Kinderkardiologen vom Wellersberg zunächst den niedergelassenen Kinderarzt aufzusuchen. Wenn der die Notwendigkeit sieht, bestimmte Anzeichen weiter abzuklären, erfolgt die weitere Diagnostik und Therapie nach Überweisung im mvz Wellersberg. Hier steht eine Vielzahl an speziellen Untersuchungsmöglichkeiten zur Verfügung, so zum Beispiel die Ultraschalluntersuchungen des Herzens, alle möglichen EKG-Diagnostikverfahren bis hin zum Ruhe- oder Langzeit-EKG, dem nicht invasiven Eventrecorder zur Entdeckung von selten auftretenden Herzrhythmusstörungen oder dem Belastungs-EKG mittels Fahrrad- und Laufbandergometer. Auch die Spiroergometrie – hier erfolgt neben EKG und Blutdruckmessung die Messung der Sauerstoffaufnahme und CO₂-Abgabe ist dort möglich.

Kontaktdaten

mvz Wellersberg GmbH

Wellersbergstraße 60

57072 Siegen

Telefon: 02 71 / 23 45-870 (Kardiologie, Kinderorthopäde)

Telefax: 02 71 / 23 45-875

mvz.aufnahme@drk-kinderklinik.de

Dr. Timo Klaas

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, Kinderkardiologie



3

Dr. Manfred Schill

Facharzt für Kinder- und Jugendmedizin, Kinderkardiologie, Neonatologie und Päd. Intensivmedizin



Kinderkardiologe Dr. Manfred Schill im Patientengespräch



Kinderkardiologe Dr. Timo Klaas bei der Untersuchung



Symbolbild EKG-Ableitung bei einem jungen Patienten

4

Informationen zur DRK-Kinderklinik Siegen gGmbH:

- Die DRK-Kinderklinik Siegen gGmbH ist eine Einrichtung des Deutschen Roten Kreuzes.
- „Wir wollen die Lebensqualität für Kinder und Jugendliche verbessern und sie mit ihren Familien in medizinischer, sozialer und persönlicher Hinsicht optimal versorgen.“

III Ansprechpartner: Arnd Dickel • Tel.: 02 71 7 23 43-314 • Fax: 02 71 7 3 03 91
DRK-Kinderklinik Siegen • Wellersbergstraße 60 • 57072 Siegen • www.drk-kinderklinik.de
E-mail: amd.dickel@drk-kinderklinik.de

- Wir sind eine hoch spezialisierte Fachklinik für Kinder- und Jugendmedizin, die **jährlich 6.000 Patienten stationär und über 68.000 Patienten ambulant** versorgt.
- 158 Betten im stationären Bereich, davon 14 Plätze in der Kinder- und Jugendpsychiatrie.
- Fast **1.000 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter** - Ärzte, Pflegekräfte, Psychologen und Therapeuten sorgen für ihre bestmögliche medizinische, pflegerische und therapeutische Versorgung.
- **Interdisziplinarität** ist eine unserer Stärken. Denn unsere Kinderklinik ist mit ihrem umfangreichen Leistungsspektrum so breit aufgestellt, dass wir für nahezu jedes Krankheitsbild einen eigenen Spezialisten im Haus haben. Bei komplexen Erkrankungen können wir so jederzeit auch fachbereichsübergreifende Teams bilden, die unsere Patienten mit dem nötigen Know-how ganzheitlich betreuen. Für die optimale Versorgung einiger besonderer Krankheitsbilder, wie z.B. Lippen-Kiefer-Gaumenspalten, gibt es an unserer Kinderklinik sogar ein fest eingerichtetes Kompetenzzentrum.
- Zum multiprofessionellen Team der DRK-Kinderklinik Siegen gehören Kinder- und Jugendärzte verschiedener Fachrichtungen, Kinderchirurgen und -anästhesisten, Kinder- und Jugendpsychiater, das Pflegepersonal, ein breites Spektrum an Therapeuten unterschiedlicher Fachrichtungen, Mitarbeiter des sozialen Dienstes, Seelsorger, Lehrer und Erzieher.

Die Lebensqualität für Kinder verbessern.

Das ist unser Auftrag.