

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 96 (2018)
Heft: 4

Werbung

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

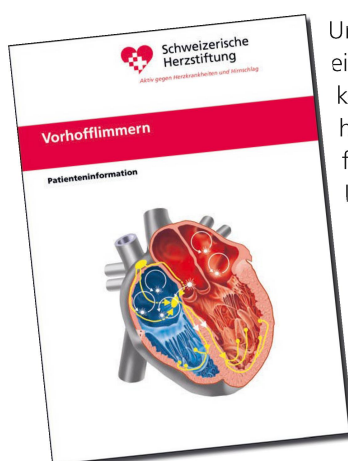
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 04.05.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Der Hirnschlag, der vom Herzen kommt

Was viele nicht wissen: Für jeden dritten Hirnschlag ist das Herz verantwortlich. Bei unregelmässigen Herzschlägen können dort Blutgerinnsel entstehen und ins Gehirn geschwemmt werden. Es ist entscheidend, dass sich Betroffene dieses Risikos bewusst sind und etwas dagegen tun.



Unregelmässige Herzschläge, ein Herzklopfen oder Herzrasen können Anzeichen eines Vorhofflimmerns sein, der häufigsten Herzrhythmusstörung. In der Schweiz sind etwa 100 000 Menschen betroffen. Ein Anfall klingt oft nach einigen Stunden wieder ab. Meist taucht das Herzrasen aber immer wieder auf und wird in gewissen Fällen gar dauerhaft. Doch es gibt auch Betroffene, welche

die Rhythmusstörung ihres Herzens gar nicht bemerken. Ein unregelmässiger oder zu schneller Puls ist dann der einzige Hinweis darauf.

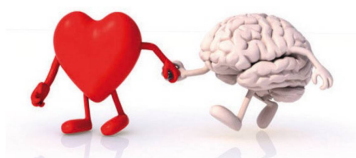
Unangenehm und gefährlich

Bei Vorhofflimmern gerät das Herz aus dem Takt. In seinen Vorhöfen geht es unkoordiniert, ja chaotisch zu und her. Dieses Chaos überträgt sich teilweise auf die Herzkammern, so dass der Pumpvorgang durcheinandergerät. Verantwortlich dafür ist eine abnormale elektrische Aktivität. Vorhofflimmern stellt keine akute Gefahr dar, es kann unbehandelt aber schwerwiegende Konsequenzen haben: Im flimmernden Vorhof ist der Blutfluss stark verlangsamt. Dadurch können sich Blutgerinnsel bilden, die weggespült werden und Gefässe verschliessen. Besonders gefährdet ist der Verschluss eines Hirngefässes. Die Folgen sind entweder eine transitorische ischämische Attacke (TIA), im Volksmund auch Schlegli oder Streifung genannt, oder gar ein lebensbedrohlicher Hirnschlag. Um dies zu verhindern, ist eine gute ärztliche Betreuung des-

halb sehr wichtig. Bereitet das Vorhofflimmern Beschwerden oder schwächt es auf die Dauer das Herz, kann der aus dem Takt geratene Rhythmus mit Medikamenten normalisiert werden. In geeigneten Fällen wird auch eine sogenannte Ablation empfohlen, bei der die unkontrollierte elektrische Aktivität unterbrochen wird.

Risiken erkennen

Vorhofflimmern tritt meist als Folge des Alterns und bei hohem Blutdruck auf. Daneben können auch Herzerkrankungen, Übergewicht, Stoffwechselerkrankungen oder übermässiger Alkoholkonsum zur Krankheit beitragen. Beugen Sie den Risiken vor und kontrollieren Sie gelegentlich Ihren Puls, um einen schnellen oder unregelmässigen Herzschlag zu erkennen. Bei Unregelmässigkeiten oder Anfällen von Herzrasen lohnt sich eine rasche Abklärung.



Öffentliche Vortragsveranstaltung

Die Schweizerische Herzstiftung führt dieses Jahr öffentliche Vortragsveranstaltungen zum Vorhofflimmern **«Das Herz aus dem Takt»** durch:

- 10. April in Schaffhausen
- 12. September in Chur
- 2. Oktober in Zug
- 6. November in Fribourg

Informieren Sie sich auf:
www.swissheart.ch/veranstaltungen

Die Broschüre «Vorhofflimmern» kann gratis bezogen werden bei:

Schweizerische Herzstiftung
Postfach 368, 3000 Bern 14
Telefon 031 388 80 80, docu@swissheart.ch
www.swissheart.ch/publikationen



Schweizerische Herzstiftung

Aktiv gegen Herzkrankheiten und Hirnschlag



Elsass – Wandern in malerischer Bergwelt

Das Elsass ist eine der faszinierendsten Regionen Frankreichs. Nicht nur die grossartige Landschaft, auch die verträumten Landgüter, malerischen Dörfer und Städtchen ziehen die Besucher in den Bann.

Die Stadt **Strassburg** hat viel zu zeigen, unter anderem sind die mittelalterlichen Stadtteile übersät mit prächtig geschmückten Fachwerkhäusern aus dem 16. und 17. Jahrhundert. Die Ufer des Flusses Ill bieten spektakuläre Sehenswürdigkeiten. Eines davon ist das historische Zentrum rund um die imposante Kathedrale.

Die **Bergkette Vogesen** ist ein Höhepunkt der Gegend. Es empfiehlt sich eine Wanderung auf dem ehemaligen Grenzpfad zwischen Frankreich und Deutschland zu unternehmen. Es bietet die einzigartige Gelegenheit einen unendlichen Ausblick auf die Landschaft zu geniessen. Mit etwas Glück können Sie sogar Gämsen erspähen.

Der Besuch des Schlosses **Hohkönigsburg** lohnt sich. Die Burg

liegt am Ostrand der Vogesen und ist eine der höchstgelegenen Burgen im Elsass. Was einst als trutziges Bollwerk im annektierten Elsass gedacht war, ist heute eines der meistbesuchten nationalen Monumente Frankreichs. 1899 hatte die elsässische Schlettstadt dem Monarchen die Burg geschenkt. Aus einer Ruinenlandschaft hat Burgenforscher Bodo Ehardt innerhalb von acht Jahren im Auftrag des Kaisers einen Traum von einer Burg geschaffen.

Der **Kahler Wasen** «Petit Ballon» ist ein Berg in den Vogesen. Seine abgerundete Spitze ist kahl und isoliert. Er bietet einen unglaublichen 360-Grad-Panoramablick. Eine be rauschende Sicht auf die Ebene des Elsass, über den Schwarzwald und darüber hinaus bei guten Wetterbedingungen sogar die Aussicht auf die Alpen!



Erlebnisgruppenreise

Möchten Sie auf ausgewählten Wanderpfaden unvergessliche Eindrücke erleben? Während unserer 4-tägigen Erlebnisreise, begleitet von einem erfahrenen lokalen Deutschsprechenden Wanderführer, bieten wir Ihnen die optimale Gelegenheit. Die An- und Abreise machen Sie bequem mit dem eigenen Auto oder den öffentlichen Verkehrsmitteln.

ab CHF 840.– p.P. im Doppelzimmer

Reisedaten: 14.–17.5.18, 26.–29.6.18, 3.–6.9.18, 8.–11.10.18

Weitere Infos: hotelplan.ch/o-126871

**Buchen Sie jetzt: 043 211 71 81
oder specialtours@hotelplan.ch**

Hotelplan
100% schweizerisch