



# Infoblatt!

## Arteriosklerose (Arterienverkalkung)

### Wie entsteht Arteriosklerose?

Arterienverkalkung ist ein natürlicher Alterungsprozess. Blut Fette und weiße Blutkörperchen reichern sich an der Gefäßwand an. Diese Ablagerungen nennt man Plaques.

Durch folgende Risikofaktoren wird die Plaquebildung gefördert und tritt bereits in jüngeren Jahren auf:

- Rauchen
- Übergewicht
- Diabetes
- Erhöhter Cholesterinspiegel
- Erhöhter Blutdruck (Hypertonie)
- Weitere Risikofaktoren sind auch: Erbliche Veranlagung, Bewegungsmangel und Stress.

Welche Symptome treten bei Arteriosklerose auf?

Die Arteriosklerose verursacht lange keine Symptome. Erst wenn der Gefäßdurchmesser durch die Plaques deutlich reduziert wurde oder sich im Bereich des Plaques ein Blutgerinnsel (Thrombus) bildet, kommt es zu Symptomen. Je nachdem, an welchen Gefäßen die Veränderungen auftreten, kann es zu folgenden Symptomen kommen:

Am Herzen zeigt sich Arterienverkalkung zunächst in Form von Herzenge (Angina pectoris).

Wird ein Gefäß ganz verschlossen, kommt es zu Herzinfarkt!

Arterienverkalkung in den Beinen führt zu Schmerzen, anfänglich nur in Verbindung mit größeren Belastungen, später auch beim Gehen kurzer Strecken oder in Ruhe.

Eine Arterienverkalkung in den Beckenarterien führt bei Männern häufig zur Impotenz.

Im Gehirn führt Arterienverkalkung zuerst zu einer Minderdurchblutung. Wird ein Gefäß komplett verschlossen, führt das zu Schlaganfällen. Arterienverkalkung in den Nierengefäßen verursacht in der Regel hohen Blutdruck und kann auch zu Nierenversagen führen.

### Welche Untersuchungen werden für die Diagnose benötigt?

Die Krankengeschichte gibt dem Arzt einen ersten Hinweis auf die Erkrankung und er kann die Gefäßverengung lokalisieren.

Nachgewiesen werden zunächst die Risikofaktoren, die zur Arteriosklerose führen. Eine Laboruntersuchung weist beispielsweise erhöhte Cholesterinwerte oder die Zuckerkrankheit nach. Zusätzlich wird der Blutdruck gemessen. Die Verengung der Blutgefäße kann mit Hilfe von Kontrastmittel und Röntgen oder mit Hilfe von Ultraschall dargestellt werden. Evtl. kann Arteriosklerose auch durch ein Belastungs-EKG diagnostiziert werden.

Sie sind über ca. 40 Jahre (männlich), oder 50 Jahre (weiblich)!

Obige Risikofaktoren treffen auf Sie zu!

Sie haben sich seit Jahren nicht mehr sportlich betätigt!

Sie sollten Ihre sportlichen Aktivitäten vorsichtig beginnen, nur langsam steigern und die Belastung generell moderat halten.

**Und vor allen Dingen: „Lassen Sie sich vom Arzt durchchecken“!**

Mit freundlichem Rat:

