

Herzkrank auf Reisen

Dr. Nina Berchem, Ärztliche Leiterin des MVZ Medi-Wtal II Kardiologie, beantwortet Ihnen die wichtigsten Fragen zu dem Thema.

Kann ich auch verreisen, wenn ich herzkrank bin?

Es kommt darauf an wie stabil und belastbar Sie sind. Erkrankungen wie z.B. Durchblutungsstörungen am Herzen oder eine Herzklappenerkrankung schließen eine Reise nicht grundsätzlich aus. Vor Antritt einer Reise empfehlen sich wichtige Punkte, wie zum Beispiel Reiseziel, Impfstatus, Versorgungsmöglichkeiten usw. mit Ihrem behandelnden Arzt zu besprechen.

Darf ich überall hin reisen?

Eine Urlaubsreise im Gebirge bedeutet, insbesondere für Patienten mit verengten Herzkranzgefäßen (koronare Herzkrankheit), eine Zusatzbelastung für Ihr Herz durch den geringeren Sauerstoffgehalt in der Luft.

Ein Aufenthalt in Ländern mit hoher Luftfeuchtigkeit und Hitze kann zu einer Belastung des Kreislaufs führen, so dass körperliche Anstrengungen gering gehalten werden sollten. Auch Langstreckenflüge sollten nur zurückgelegt werden, wenn Sie aus ärztlicher Sicht dazu in der Lage sind. Sonst könnten der niedrigere Luftdruck, die geringere Sauerstoffsättigung sowie die fehlende Bewegung während der Flugreise zu Schwierigkeiten führen.

Was sollte ich beachten?

Die Planung der Urlaubsreise ist am wichtigsten - mit ihr können Sie viele Probleme im Vorfeld vermeiden. Es empfiehlt sich eine enge Absprache mit Ihrem behandelnden Arzt. Alle notwendigen Medikamente sollten vorrätig vorhanden sein. Auch Unterlagen, wie zum Beispiel Herzschrittmacher-Ausweis, Gerinnungshemmer-Ausweis und der letzte Arztbericht, gehören mit eingepackt. Die Mitnahme eines Blutdruckmessgerätes zur regelmäßigen Blutdruckkontrolle ist ggf. auch empfehlenswert.

An wen wende ich mich, sollte ich im Urlaub Beschwerden bekommen?

Es wäre hilfreich, sich vor der Abreise über mögliche Ansprechpartner im Urlaubsland zu informieren.

Wenn Sie unter einer Herzerkrankung leiden, können Sie sich bei der Deutschen Herzstiftung eine Reise-Checkliste sowie ein kostenloses Reise-Set bestellen.