



## Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung

### Fit fürs Herz: Landesweite Herzwoche setzt auf Bewegung zum Schutz vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen

**Magdeburg. Die Initiative Herzgesundheit in Sachsen-Anhalt hat die dritte landesweite Herzwoche ausgerufen.**

Unter dem Motto „Fit fürs Herz - #HerzgesundheitLSA“ steht bis zum 10. September 2022 die positive Wirkung ausreichender Bewegung auf die Herzgesundheit im Mittelpunkt. „Je aktiver ein Mensch lebt, desto geringer ist das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Schon eine halbe Stunde Sport am Tag reichen aus, um dieses Risiko erheblich zu reduzieren“, sagt Gesundheitsministerin Petra Grimm-Benne. Selbst Betroffene, die bereits zu hohe Vitalwerte oder erste Symptome einer Herzschwäche zeigten, könnten mit einer Änderung ihres Lebensstils eine deutliche Verbesserung erreichen. „Wer rastet, der rostet“, sagt Grimm-Benne. Das Herz brauche körperliche Aktivität, um vor allem mit zunehmendem Alter nicht zu ermüden. Dabei gehe es weniger um einen harten Trainingsplan als vielmehr um regelmäßige lockere Trainingseinheiten, die Spaß machten. „Genau das wollen wir mit der diesjährigen Herzwoche vermitteln“, sagt Grimm-Benne. Langfristiges Ziel sei es, durch konzertierte Informations- und Aufklärungsaktionen bei Herzwochen in den folgenden Jahren das Bewusstsein der Sachsen-Anhalterinnen und Sachsen-Anhalter für eine herzgesunde Lebensweise nachhaltig zu stärken.

Zwischen Arendsee und Zeitz sind bislang rund 80 Veranstaltungen angemeldet worden. Das Spektrum reicht von medizinischen Vorträgen über Messungen von Vitalwerten und Blutzucker, über Fitness-Checks und Telefonforen bis hin zu Veranstaltungen in Kliniken und Gesundheitstagen in Behörden. Fast 600 Apotheken im Land legen umfangreiches Informationsmaterial aus und bieten Blutdruckmessungen an. „Die landesweite Aufklärungskampagne ist ein weiterer wichtiger Baustein in der Bekämpfung der Herzinfarktsterblichkeit. Dafür sorgt ein Aktionsbündnis aus Behörden, Ärztenetzwerken, Krankenkassen und Gesundheitsorganisationen, das wir mit Informationsmaterial dabei unterstützen, möglichst viele Menschen über Themen wie Vorsorge, Ursachen und Symptome von Herz-Kreislauf-Erkrankungen aufzuklären“, betont der Vorstandsvorsitzende der Deutschen Herzstiftung, Prof. Dr. Thomas Voigtländer.

Das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung, die Deutsche Herzstiftung und zahlreiche Akteure und Institutionen aus dem Gesundheitswesen in Sachsen-Anhalt arbeiten dafür eng zusammen. „Toll, dass wieder so viele Akteure an einem Strang ziehen. Das macht mich stolz, zumal wir als Bundesland in Sachen landesweiter Präventionskampagne zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen als Vorreiter gelten und nach zwei Jahren pandemiebedingter Zwangspause wieder nahtlos anknüpfen konnten“, sagt Schirmherrin Grimm-Benne. Bereits über 1.300 Aktionspakete mit Broschüren, Plakaten und Flyern zu den Themen Erhalt der Herzgesundheit und Herz-Kreislauf-Erkrankungen hat die Herzstiftung in Sachsen-Anhalt verschickt. „Das ist aber nur der Anfang, das Interesse an unseren Print- und Online-Informationen ist erfahrungsgemäß enorm“, so Voigtländer.

Die DAK-Gesundheit ist seit Beginn Partner der landesweiten Herzwoche. Ihr Leiter der Landesvertretung in Sachsen-Anhalt, Steffen Meyrich, freut sich, dass das Thema Herz-Gesundheit wieder in den Fokus rückt. „Auch in diesem Jahr zeigt unser DAK-Gesundheitsreport, dass bereits im Erwerbsalter viele Menschen unter Herz- Kreislaufproblemen leiden, insbesondere Männer. Prävention, regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen und betriebliches Gesundheitsmanagement sind die Basis für ein gesundes Herz. Die vielen Veranstaltungen der Herzwoche ermöglichen es, alle im Land zu erreichen und für eine gesunde Lebensweise zu sensibilisieren. Daher ist es uns ein großes Anliegen auch die 3. Herzwoche als Partner zu unterstützen“, so Meyrich.

#### Hintergrund:

95.240 Menschen aus Sachsen-Anhalt wurden nach Angaben des Statistischen Landesamtes im Jahr 2020 aufgrund einer Erkrankung des Herz-Kreislaufsystems in einem Krankenhaus stationär behandelt. Fast 18 Prozent aller Behandlungen im Krankenhaus (543.870) erfolgten damit wegen einer Herz-Kreislaufkrankheit. Zugleich waren Leiden aus dieser Diagnosegruppe verantwortlich für 40 Prozent (13.453) aller 33.804 Todesfälle.

Um die Ursachen eines Herzinfarktes wissenschaftlich erforschen zu können, wurde unter Leitung der Universitätsmedizin Halle (Saale) 2013 das regionale Herzinfarktregister Sachsen-Anhalt, kurz RHESA, ins Leben gerufen. Im vergangenen Jahr wurde es zu eRHESA, einem elektronischen Herzinfarktregister, weiterentwickelt. Das Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung Sachsen-Anhalt finanziert eRHESA mit rund 640.000 Euro.

Alle Informationen zur 3. Herzwoche sowie ein Veranstaltungskarte sind im Internet zu finden unter [www.lsaurl.de/herzgesundheitsa](http://www.lsaurl.de/herzgesundheitsa) sowie in den sozialen Netzwerken unter #HerzgesundheitLSA

#### Impressum:

Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit und Gleichstellung  
Pressestelle  
Turmschanzenstraße 25  
39114 Magdeburg

Tel: (0391) 567-4608

Fax: (0391) 567-4622

Mail: [ms-presse@ms.sachsen-anhalt.de](mailto:ms-presse@ms.sachsen-anhalt.de)