

Herzinfarkt: Die schleichende Krankheit im vorgerückten Alter

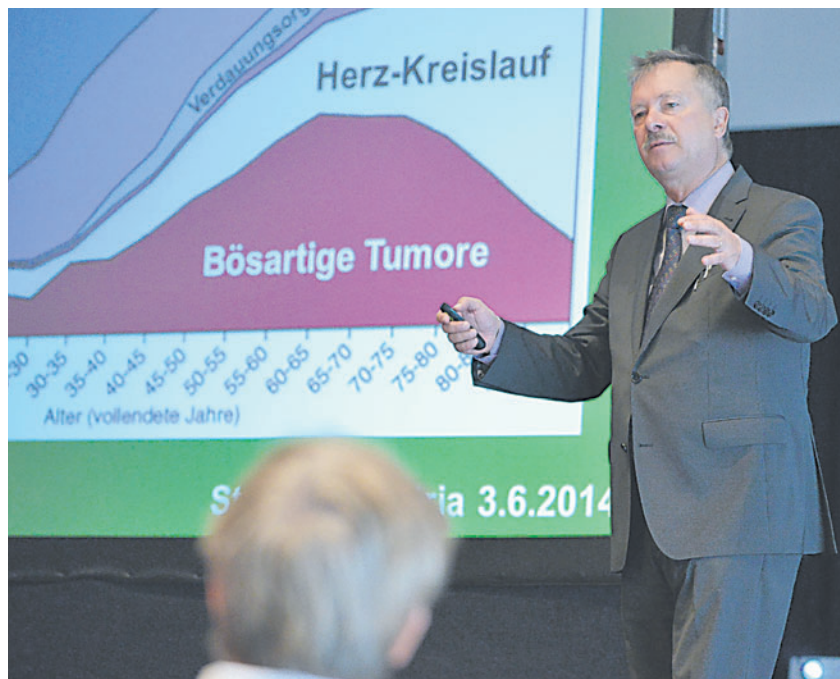
Risiko Die steigende Lebenserwartung hat Herz-Kreislauf-Erkrankungen zur Todesursache Nummer eins gemacht. Prävention ist zumindest in beschränktem Mass möglich, sagte UFL-Dekan Heinz Drexel in einem gut besuchten Vortrag in Triesen.

VON JOHANNES MATTIVI

Noch vor 200 Jahren hätte man sich über Herz-Kreislauf-Erkrankungen kaum Gedanken gemacht. Denn bei einer mittleren Lebenserwartung von 30 bis 35 Jahren spielten sie als Todesursache kaum eine Rolle. Kein Zweifel: Herzinfarkte und Schlaganfälle sind Erkrankungen im vorgerückten Alter, denn die Ursache ist die schleichende Verkalkung der Arterien - und die dauert Jahrzehnte.

Gesund leben ist immer gut

Am Donnerstag lud die Private Universität im Fürstentum Liechtenstein (UFL) zu einem gut besuchten Vortrag nach Triesen. Bei diesem letzten Termin vor der Sommerpause referierte der Dekan der medizinisch-wissenschaftlichen Abteilung Heinz Drexel als ausgewiesener Spezialist über Herz-Kreislauf-Erkrankungen als häufigste Todesursache. Und er gab seinem Vortrag einen durchaus ernüchternden Untertitel, indem er über die Möglichkeiten und Grenzen der Prävention sprach, die mit einem gesunden Lebensstil bewirkt werden können. Ausreichende Bewegung, gesunde Ernährung, gemässiger Alkoholkonsum und nicht rauchen zeigen als Primärprävention gegen erhöhten Cho-



Internist Heinz Drexel räumt mit manchen Mythen rund um Herz-Kreislauf-Erkrankungen auf. (Foto: Nils Vollmar)

lesterinspiegel durchaus Wirkung, wenn das Ganze über Jahrzehnte betrieben wird. Ist jedoch im höheren Alter das Cholesterin im Blut im Ungleichgewicht, helfen laut Dekan Heinz Drexel nurmehr Medikamente. Dabei zeigt es sich, dass es tatsächlich Menschen gibt, die vor schlechten Cholesterinspiegeln von

Natur aus besser geschützt sind, weil ihre Leberzellen wenig Cholesterin produzieren, das dann aus dem Blut abgezogen wird.

Vieles ist noch ungeklärt

Was die Arterienverkalkung (Atherosklerose) so heimtückisch macht, ist, dass sie sich über Jahrzehnte oh-

ne Beschwerden aufbaut. Und dass es verschiedene Arten gibt, deren Gefährlichkeit nicht immer erkannt werden kann. Neben langsam sich aufbauenden stabilen Gefässverstopfungen, vor allem in Herzkranzgefässen, die den Blutfluss immer mehr einengen und die Gefahr einer Thrombose erhöhen, gibt es auch instabile Ablagerungen, die plötzlich aufbrechen und so zu einer Thrombose führen können. Letzteres gleicht einer inneren Wunde wie nach einer Schnittverletzung an der Hand, erklärte Dekan Drexel. Auf solche Wunden reagiert der Körper mit einer Blutgerinnung, was im Fall einer äusseren Wunde sinnvoll ist, im Fall einer inneren Wunde in einem Gefäss jedoch tödlich sein kann. Drexel brachte das Beispiel eines 70-jährigen Landwirts, der wegen gelegentlich auftretender Schmerzen im Brustkorb zum Arzt ging, dessen Belastungs-EKG in der darauf folgenden Untersuchung jedoch keine Auffälligkeiten zeigte. Am nächsten Tag erlitt der Mann bei der Feldarbeit einen tödlichen Vorderwandherzinfarkt, der auf eine aufplatze Ablagerung zurückgeführt werden konnte.

Als Fazit blieb jedenfalls, dass es wichtig ist, schlechtes LDL-Cholesterin im Blut, Blutzucker und Blutdruck zu senken - wenn nötig auch mit Medikamenten.

In eigener Sache

Wer als Investor der Energiewende infrage kommt

SCHAAN Im «Volksblatt» vom Freitag ist auf Seite 7 unter dem Titel «Finanzierung der Energiewende: Chance für den Bankenplatz Liechtenstein» ein Artikel über die Generalversammlung der Solargenossenschaft Liechtenstein über einen Vortrag von Tobias Reichmuth erschienen. In diesem dem «Volksblatt» von der Solargenossenschaft Liechtenstein zur Verfügung gestellten Artikel, wurde Tobias Reichmuth falsch zitiert. Herr Reichmuth hat nie die Aussage gemacht, dass Banken oder Treuhänder die Energiewende finanzieren sollten. Als Investoren in Energiewendeprojekten kommen langfristig orientierte Investoren wie Pensionskassen und Versicherer infrage, da diese Projekte grundsätzlich illiquid und nicht täglich veräussert werden können. Banken und Privatbankkunden eignen sich zumeist nicht als Investoren in solche Projekte, da eine Inkongruenz zwischen Anlagehorizont und Projektdauer besteht («Asset-Liability Mismatch»). Ebenfalls als Investoren infrage kommen Stiftungen, welche jährlich wiederkehrende Renditen suchen und einen langen Anlagehorizont haben. (red)

ANZEIGE



Serie: Benefiz-Rallye «Challenge 500», Teil vier

Nach 2500 Kilometern stand der Challenge-Tross an der russischen Grenze und erlebte während vier Stunden ein Relikt sowjetischer Bürokratie

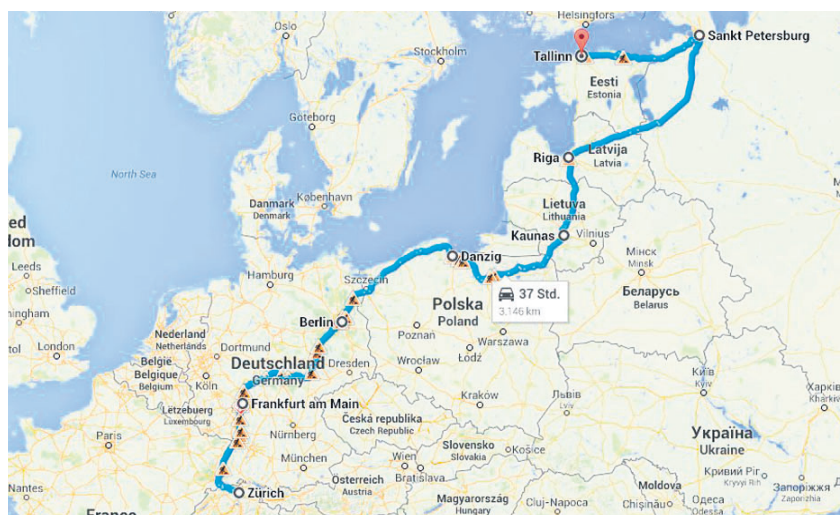
LUMAHAA Man könnte meinen, die Grenzwachter auf der russischen Seite von Lumahaa (Estland) hätten noch nie Einreisende aus Liechtenstein abfertigen müssen. Es dauerte denn auch über vier Stunden, bis das pingelige bürokratische Prozedere mit zig Formularen und Verständnisschwierigkeiten durch war. Der Schlagbalken erlöste dann mit einem Mal das phasenweise etwas mulmige Gefühl und als auch das letzte Nagelbrett im Rückspiegel verschwunden war, stellten die Teilnehmer erstaunt fest: die Strassen sind viel besser als alles von Polen bis Estland. Spannend ...

Formulare machen den Weg frei

Das FL-Team Audi A6 FL 21198 mit Challenge-Initiator Oliver Muggli aus Vaduz hatte die gut 2500 Kilometer bis zur russischen Grenze ohne Probleme überstanden und war gut dokumentiert, um den Grenzübergang zu meistern. FL-Zulassung, Schweizer Pass. Ein Verständnisproblem, aber nichts Gröberes. Die holländischen Kollegen mit Wohnsitz in Hongkong, VW Golf FL 21197, Eric Kampman und Arend Reuwijk, mussten sich dann schon ein wenig mehr erklären. Wie in der Schule kamen sich hingegen Marcello Scarnato, Triesen, und Stefano Näscher, Schellenberg, auf Alfa Romeo 166 FL 18997 vor, die den unverzeihlichen Fehler begangen hatten, auf dem Formular für den Alfa 3000 Kubikzentimeter zu vermerken. Selbstverständlich machte ihn der pflichtbewusste russische Zöllner darauf aufmerksam, dass im Fahrzeugausweis 2996 ccm stehen. Konsequenz: Das ganze Formular nochmals ausfüllen. Insgesamt dreimal ...

Noch 23 Teams im Rennen

Der Grenzübergang nach Russland war von den Organisatoren der 2014er-Auflage der Benefiz-Rallye «Challenge 500» als die grosse Unbekannte deklariert worden. Man wusste dabei nicht, ob es Probleme



Die Roadmap der «Challenge 500» führt 2014 von Zürich nach Tallinn und umfasst total rund 3200 Kilometer. Mittleres Foto: Der Challenge-Tross erreicht den estnischen Grenzort Lumahaa. Wie wird der Übertritt nach Russland verlaufen? Vier Stunden später wussten es die Ersten und das mulmige Gefühl wich Sonnenschein und guten Landstrassen. Foto rechts: Team Alfa erreicht Pskov, den ersten Etappenort in Russland. Von dort waren es nochmals 350 Kilometer nach St. Petersburg, wobei die Entfernungsangaben auf den Strassentafeln mal mehr, mal weniger Kilometer zum ehemaligen Leningrad aufzeigten. (Fotos: google.maps/ZVG)

mit den einzelnen Fahrzeugscheinen geben würde, ob gegebenenfalls die deutschen Exportkennzeichen nicht anerkannt würden und was sonst noch auf die verbliebenen 23 Teams zukommen würde, die von Zürich nach St. Petersburg unterwegs waren. Zwei Teams hatten noch in Deutschland infolge Motorschäden Forfait geben müssen.

«Do you have a Border-Slot?»

Wer sich an einen Grenzübergang in den Ostblock zu Zeiten des eisernen Vorhangs erinnern kann, der hatte ein kleines Déjà-vu: auf der estnischen Seite führen die Fahrzeuge auf einen zuvor per Internet gemieteten Parkplatz, um den «Slot» abzuwarten, eine vorreservierte Übergangszeit von 60 Minuten. Nach Aufruf des Fahrzeugkennzeichens auf einer Anzeigetafel konnte das Ausreiseprozeder in Angriff genommen werden. Die Esten kontrollierten die Ausfahrtpapiere, die Insassen und das Auto. Dann übernahmen die Russen - und zwar wie gezeigt präzise auf den Punkt genau. Die vier Stunden mussten übrigens

im Auto verbracht werden. Die sich spontan ergebende Männerrunde mit Gesprächen und Spässen über die bisherige Fahrt wurde denn auch von einem Uniformierten mit angst-einflössend grossem Hut barsch auf Russisch wieder aufgelöst. Der tägliche heftige Regenguss tat dann das Seine dazu. Dass einzelne Beamtinnen und Beamten ein Lächeln für diese bunte Truppe aus der Schweiz, Liechtenstein, Deutschland, Italien, Australien, Hongkong und Russland übrig hatten, ja manchmal sogar ein Wort Deutsch sprachen und keine Waffen trugen, machte das Ganze dann irgendwie doch sympathisch.

Via Pskov nach St. Petersburg

In der Folge fuhr der Tross nach Pskov, circa 80 Kilometer hinter der Grenze, und verbrachte dort die sechste Nacht der Rallye. Das Erbe Lenins und Stalins ist lebendiger denn je - architektonisch jedenfalls. Das zeigen die eindrücklichen Bauten besonders in St. Petersburg, das am Donnerstag erreicht wurde. Im ehemaligen Leningrad ist alles ent-



weder Pomp, Prunk und von erschlagender Grösse, oder eben arm und dem Verfall verfallen. Die gut 500 auf russischem Boden zu fahrenden Kilometer präsentierten sich der Challenge-Truppe aber wie erwähnt auf erstaunlich guten Strassen mit der erwarteten Hektik und zum Teil exorbitanten Geschwindigkeiten der Russen.

Schlussstufe nach Tallinn

Die Challenge führt heute Samstag zurück nach Estland an die finale Destination Tallinn. Dort wird das Siegerteam ermittelt und anschliessend werden die Fahrzeuge am Sonntag verkauft. Der Erlös wird gemäss dem Benefiz-Gedanken auch dieses Jahr einem karitativen Zweck zugeführt. Alle Teams haben Chancen auf den Sieg, das Feld ist dicht gedrängt - Anwärter auf den Pokal

ist das Team mit dem grössten Challenge-Spirit. Die drei Liechtensteiner Autos sind nach wie vor im Rennen. Wir werden kommende Woche über den Zieleinlauf der Challenge 500 berichten, die 2014 vom Start in Zürich gute 3200 Kilometer abge-spult haben wird. (red/pd)

Das «Volksblatt» berichtet im Rahmen dieser Serie regelmässig exklusiv über die Benefiz-Rallye.

ÜBER DIE «CHALLENGE»

- **Strecke:** Zürich - St. Petersburg (Zürich - Frankfurt - Berlin - Danzig - Riga - St. Petersburg - Tallinn)
- **Weitere Informationen** im Internet auf www.challenge500.ch.
- **«Gezwitscher»:** www.twitter.com/challenge500li - die Twitter-Fotos und -Beiträge live von der Strecke können im Internet auf www.twitter.com/challenge500li eingesehen werden. Einfach die Adresse eintippen. Twitter muss nicht installiert sein.

Medienpartner
Volksblatt
Rheinzeitung