

# Inhalt

<b>1</b>	<b>Vorwort</b> .....	7
<b>2</b>	<b>Herz und Kreislauf</b> .....	9
<b>3</b>	<b>Durchblutungsstörungen am Herzen</b> .....	17
<b>4</b>	<b>Krankheitsfördernde Faktoren</b> .....	27
4.1	Blutfette.....	28
4.2	Rauchen.....	34
4.3	Bluthochdruck (arterielle Hypertonie).....	38
4.4	Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus).....	47
4.5	Übergewicht (Adipositas).....	52
4.6	Psycho-Kardiologie und Kardio-Psychosomatik.....	59
<b>5</b>	<b>Gesundheitsfördernde Faktoren</b> .....	67
5.1	Gesundheit durch Bewegung.....	68
5.2	Herzgesunde Kost – Vollwertkost.....	72
5.3	Wichtige Vitamine.....	80
5.4	Wege aus dem Stress.....	83
<b>6</b>	<b>Die neuesten Trends</b> .....	89
6.1	Omega-3-Fettsäuren.....	89
6.2	Knoblauch.....	91

6.3	Coenzym Q 10 (Ubichinon).....	92
6.4	Magnesium .....	93
6.5	Selen.....	96
<b>7</b>	<b>Herzklappenerkrankungen und deren Behandlungsmöglichkeiten</b> .....	<b>99</b>
7.1	Herzklappen im Körper.....	99
7.2	Verschiedene Herzklappenfehler.....	101
7.3	Beschwerdebilder .....	103
7.4	Untersuchungsmöglichkeiten.....	104
7.5	Behandlungsmöglichkeiten.....	106
<b>8</b>	<b>Herzinsuffizienz/Herzpumpschwäche</b> .....	<b>111</b>
8.1	Therapiemöglichkeiten .....	113
8.2	Schrittmacher/Defibrillator/ Resynchronisation .....	116
<b>9</b>	<b>Das Syndrom des gebrochenen Herzens (broken heart syndrom)</b> .....	<b>125</b>
<b>10</b>	<b>Schlafbezogene Atemstörung</b> .....	<b>129</b>
<b>11</b>	<b>Gängige Medikamente bei Herzerkrankungen</b> .....	<b>133</b>
<b>12</b>	<b>Anhang – wichtige Übersichten</b> .....	<b>143</b>
12.1	Zur bakteriellen Endokarditis-Prophylaxe (Stand 07/2007).....	143
12.2	Zur Behandlung mit Marcumar® .....	148
<b>13</b>	<b>Literaturhinweise</b> .....	<b>157</b>