

Freud und Leid im Fußball – lebensgefährliche Emotionen?

Deutschland ist im Fußballfi eber: mit vielen Emotionen und großer Spannung werden Fußballspiele live im Stadion, auf dem Bildschirm zu Hause oder beim Public Viewing verfolgt. Leidenschaftliche Anteilnahme bedeutet Stress und damit auch eine akute Belastung für das Herz. Wissenschaftliche Untersuchungen haben gezeigt: schon allein das Schauen von Fußballspielen geht mit einer erhöhten Anzahl kardialer Notfälle einher. So stieg im Rahmen der WM 2006 die Anzahl der Notfälle im Raum München um das 2,6-fache.

Aufklärung und das Einüben frühzeitiger Hilfen im Notfall zur Rettung von Leben und Vermeidung schwerwiegender Spätfolgen gehören nunmehr seit 15 Jahren zu den wesentlichen Anliegen des Fördervereins Herzzentrum Köln und der Harry Blum-Stiftung. Anlässlich der Fußball-Europameisterschaften luden sie daher gemeinsam mit dem Kardiologischen Kompetenznetz Köln e.V. (KKK) und der Deutschen Sporthochschule Köln (DSHS) am 23. Juni 2012 unter dem Titel „11:0 für's Herz – EM lässt Herzen höher schlagen“ nicht nur Fußball-Fans, sondern auch Herzpatienten ein, sich zu informieren, wie man

die Spiele ohne Risiko und sorgenfrei bis zum Schlusspfiff verfolgen kann.

So berichtete PD Dr. Ady Osterspey (KKK) unter dem Titel „Herzalarm beim Fußball – live oder auf dem Sofa“ unter anderem über Zahlen und Fakten zum Herzrisiko bei Stressbelastungen. Für den Ernstfall, mit lebensbedrohlichen Warnzeichen wie Beschwerden im Brustraum, Blässe, Schweißausbrüchen, Kurzatmigkeit, Herzrhythmusstörungen, riet er eindringlich, sofort den Notarzt unter 112 zu rufen.

Dabei sind rasches Handeln sowie mehr Mut und auch Zuversicht gefordert: jeder Einzelne kann zum Lebensretter werden, betonte Sebastian Wanke von defiköln in seinem folgenden Vortrag „Überleben – leicht gemacht“. Bricht ein Mensch leblos zusammen, kann man ihm mit einfachen Maßnahmen helfen, ohne Angst haben zu müssen, etwas falsch zu machen. Der Einsatz von Herzdruckmassage sowie, wenn vorhanden, eines sprachgesteuerten Defibrillators von einem der öffentlichen Standorte in der Nähe, retten kostbare Lebensminuten. Informationen zu den einzelnen Standorten in Köln sowie kostenlose Schulungen auf die Geräte gibt es unter www.defikoeln.de.

In der anschließenden Podiumsdiskussion mit den genannten Medizinern sowie weiteren namhaften Vertretern, der Marketingleiterin der AOK Rheinland Hamburg Hildegard Fischel und dem Geschäftsführer des StadtSportBundes Köln (SSBK) Rolf Kilzer, wurden dann die Inhalte der Vorträge, aber auch Möglichkeiten aktiver Gegenmaßnahmen und präventiver Maßnah-

men in Eigenverantwortung mit den Teilnehmern unter Moderation von Professorin Dr. Dr. Christine Graf diskutiert.

Von der „kinderleichten“ Handhabung der automatischen Laiendefibrillatoren konnten sich die Besucher in der nachfolgenden Pause überzeugen und gleichzeitig ausführlich zu Sportmöglichkeiten „um die Ecke“ (StadtSportBund Köln e.V.), zum „richtigen“ Trinkverhalten (Informationszentrale Deutsche Mineralwasser) sowie einer ausgewogenen Ernährung und dem individuellen Gesundheitsrisiko beraten lassen. „Schnuppermöglichkeiten“ zum Thema Bewegung gab es dann noch in der Praxis beim Nordic Walking, mit Musik „Entspannt im Takt“ und bei einer etwas anderen Fußballvariante, dem Buschball. Bei der Suche nach einer für Sie persönlich passenden (Herz-) Sportgruppe helfen Ihnen der Förderverein Herzzentrum Köln e.V. (Tel. (02 21) 37 64 66 50) und der StadtSportBund Köln e.V. gerne.

Unterstützt wurde die Veranstaltung von der Sparkasse KölnBonn, der AOK Rheinland/Hamburg, dem Apothekerverband Köln e.V., dem Informationsdienst Deutsche Mineralwasser (IDM), mit Getränken von GEROLSTEINER®, frischem Obst von OBST-KÖLN.DE sowie der Enrique Masiá Moreno GmbH und leckeren Laugenstangen der BIOLOGISCHEN BÄCKEREI LUBIG, Bonn.

Der Förderverein bedankt sich herzlich bei allen Beteiligten und Unterstützern für ihr Engagement.



Der gut gefüllte Hörsaal zeigt das große Interesse an den Veranstaltungen des Fördervereins...