

HERZRHYTHMUSSTÖRUNG

Bei ausgeprägter Bradykardie ohne Symptome besteht kein Grund zur Sorge

Eine niedrige Herzfrequenz in Ruhe ist bereits mit einer günstigen kardiovaskulären Prognose assoziiert worden. Ob aber auch eine ausgeprägte Bradykardie mit einem Ruhepuls < 50/min vorteilhaft ist, war bisher unklar. Neue Daten bei rund 6.700 Personen im Alter von 45 bis 84 Jahren weisen nun darauf hin, dass eine ausgeprägte Bradykardie kein Problem ist, solange keine Beschwerden vorliegen bzw. keine Medikation zur Senkung der Herzfrequenz erfolgt.

Mortalität nur unter Medikamenten zur Regulierung der Herzfrequenz erhöht

Asymptomatische Studienteilnehmer mit einem Ruhepuls < 50/min hatten im Vergleich zu Personen mit einer Herzfrequenz von 60 – 69/min tendenziell eine geringere Mortalität. Um 50 % erhöht war sie hingegen bei Personen mit Werten > 80/min. Anders war der Zusammenhang bei Studienteilnehmern, die Medikamente mit Einfluss auf die Herzfrequenz einnahmen. Hier war bei Personen mit einer Herzfrequenz < 50/min das Sterberisiko 2,4-fach höher als bei Personen mit Werten von 60 – 69/min. Bei Personen mit einer Herzfrequenz > 80/min war die Mortalität 3,5-fach erhöht.

IHR PLUS IM NETZ
Abstract online



QUELLE

- Dharod A et al.: Association of Asymptomatic Bradycardia With Incident Cardiovascular Disease and Mortality. The Multi-Ethnic Study of Atherosclerosis (MESA). JAMA Intern Med 2016;176(2):219-227

VORHOFFLIMMERN (VHF)

VHF-Patienten profitieren von aerobem Intervalltraining

Intensiver Ausdauersport gilt als Risikofaktor für Vorhofflimmern. Das bedeutet aber nicht, dass regelmäßige körperliche Aktivität für die Prognose von VHF-Patienten von Nachteil ist. Im Gegenteil: In einer Studie bei insgesamt 50 Patienten mit nicht-persistierendem VHF wurde mit einem zwölfwöchigen aeroben Intervalltraining die Symptomatik verbessert.

Häufigkeit, Dauer und Schweregrad von VHF wurden reduziert

Die Hälfte der Studienteilnehmer machte dreimal pro Woche ein viermal vierminütiges intensives Intervalltraining mit einer Belastung von 85 – 95 % der maximalen Herzfrequenz; die Kontrollgruppe setzte ihre üblichen Freizeitaktivitäten wie gewohnt fort. Der Verlauf der Herzrhythmusstörung wurde mit einem implantierten Rekorder aufgezeichnet. Die durchschnittliche VHF-Zeit verringerte sich signifikant in der Übungsgruppe von 8 % auf 5 %, während sie in der Kontrollgruppe von 10 % auf 15 % stieg. Auch die Häufigkeit von VHF und der Schweregrad wurden signifikant reduziert.

IHR PLUS IM NETZ
Volltext online



QUELLE

- Malmo V et al.: Aerobic Interval Training Reduces the Burden of Atrial Fibrillation in the Short Term. Circulation 2016; 133: 466-473