## Herzinsuffizienz

## Coenzym Q10 halbiert Sterberisiko

Die Zahl der an Herzschwäche erkrankten Deutschen liegt bei 2 Millionen, jährlich kommen rund 200.000 neu Erkrankte hinzu. Die Ursachen einer Herzinsuffizienz sind vielschichtig, die häufigste Ursache für die Herzschwäche sind vorausgegangene Erkrankungen und Entzündungen des Herzens. Auch eine ungesunde Lebensweise wie Übergewicht, Rauchen und regelmäßiger Alkoholkonsum begünstigen das Auftreten der Herzinsuffizienz, ebenso wie viele

chronische Erkrankungen. Ganz allgemein versteht man unter einer Herzinsuffizienz die Unfähigkeit therapie erhielten. des Herzens, so viel Blut in den Kreislauf zu pumpen, wie es für die Gesundheit notwendig wäre. Die Folge ist eine Unterversorgung des Organismus mit Sauerstoff und Nährstoffen. Gleichzei-

Regel nicht zu stoppen. Im weiteren Verlauf gehen das kranke Herz und die von ihm versorgten Organe zu Grunde und der Mensch stirbt. Nahezu alle Medikamente, die bei einer Herzinsuffizienz eingesetzt werden, können den Krankheitsverlauf abmildern und verlangsamen. Eine Heilung ist normalerweise nicht möglich, damit ist die Herzinsuffizienz durchaus mit einer unheilbaren Krebs-

tig staut sich das verbrauchte Blut in

den Venen und führt im schlimmsten

Fall zu Wasseransammlungen in den

Beinen und in der Lunge. Der Krank-

heitsverlauf ist schleichend und in der

Im Rahmen einer großen überregionalen medizinischen Studie (Q-Symbio) wurden Menschen mit Herzinsuffizienz, neben der Standard Medikation, auch Coenzym Q10 verabreicht (Q10 Bio-Qinon Gold 100 mg®). Das führte dazu, dass die Sterblichkeit der Patienten mit Coenzym Q10 um knapp die Hälfte abnahm, im Vergleich

erkrankung vergleichbar.

zu den Patienten, die nur die Standard-

Dieses Ergebnis ist einzigartig, denn noch nie konnte die Herzinsuffizienz derart positiv beeinflusst werden. Der Grund dafür ergibt sich aus der Wirkung der vitaminähnlichen Substanz Coenzym Q10. Der Mensch kann sie nur bis zu seinem 35. Lebensjahr ausreichend im Körper bilden, jedoch ist Coenzym Q10 für die Energiegewinnung in den Zellen verantwortlich und durch nichts anderes zu ersetzen. Da das menschliche Herz das ganze Leben lang arbeitet, hat es den höchsten Energiebedarf aller Organe.

Es verwundert daher nicht, dass Menschen jenseits des 40. Lebensjahrs, die eventuell noch ein zusätzlich geschädigtes Herz haben, ihren Energiebedarf kaum decken können. Die Einnahme von Medikamenten erhöht, aufgrund der aufwendigen Verstoff-

wechselung der Medikamente zusätzlich den Energiebedarf und somit den Bedarf an Coenzym Q10. Speziell Menschen mit Krankheiten des Herz-Kreislauf-Systems müssen oft viele Medikamente einnehmen. Für sie ist es von größter Bedeutung, rechtzeitig den Coenzym-Q10-Bedarf durch eine Nahrungsergänzung sicherzustellen. Idealerweise sollten 100 – 200 mg am Tag zugeführt werden, um das Auftreten einer Herzinsuffizienz im vornherein zu vermeiden.

Den höchsten Coenzym-Q10-Verlust erleiden Menschen, die cholesterinsenkende Medikamente vom Typ der Statine einnehmen, denn sie blockieren die Coenzym-Q10-Bildung um 75 Prozent, ein Umstand, der das Entstehen einer Herzinsuffizienz fördert. Daher sollte jeder, der auf Statine angewiesen ist, unbedingt Coenzym Q10 ergänzen.

Dr. med. Edmund Schmidt und Nathalie Schmidt



43 Praxis Magazin 3/2019