



Sie befinden sich hier: [Startseite](#) > **Holetschek startet Kampagne „Hand aufs Herz“ zur Herzinfarktprävention – Bayerns Gesundheitsminister: Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die häufigste Todesursache im Freistaat**

Holetschek startet Kampagne „Hand aufs Herz“ zur Herzinfarktprävention – Bayerns Gesundheitsminister: Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind die häufigste Todesursache im Freistaat

21. März 2022

Bayerns Gesundheitsminister Klaus Holetschek hat am Montag in München die Kampagne „Hand aufs Herz“ zur Herzinfarktprävention gestartet. Anlässlich der Auftaktveranstaltung betonte der Minister: „Auch wenn gerade andere Themen im Fokus des Interesses stehen, dürfen wir das Thema Gesundheitsvorsorge und Prävention nicht vernachlässigen. Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind mit etwa 50.000 Verstorbenen im Jahr 2020 die häufigste Todesursache in Bayern. Darauf wollen wir mit der heute gestarteten Kampagne hinweisen.“

Holetschek fügte hinzu: „2020 sind in Bayern alleine an einem Herzinfarkt rund 6.500 Menschen gestorben. Deshalb ist es mir wichtig, die Menschen mit dieser Kampagne wachzurütteln und zu sensibilisieren.“

Zum Start der Kampagne hatte das Gesundheitsministerium den linken Durchgang des Münchner Karlstors mit einem überdimensionalen, fünf Meter großen „Blutgerinnsel“ verstopft. Der Minister erläuterte: „Genauso kann sich ein Blutgerinnsel in einem Blutgefäß bilden und dieses verschließen. Handelt es sich dabei um ein Gefäß, das den Herzmuskel mit Blut versorgt, kann das einen Herzinfarkt verursachen.“

Die wichtigsten Risikofaktoren für einen Herzinfarkt sind Rauchen, Bewegungsmangel, ungesunde Ernährung, Fettleibigkeit, Fettstoffwechselstörungen, Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Alkohol und psychosoziale Belastungen. Holetschek warnte: „Viele Menschen gehen oft zu nachlässig mit dem eigenen Körper um. Dabei könnten wir mit einem gesunden Lebensstil unser Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen deutlich senken. Das fängt bei der Bewegung an.“

Ziel der Kampagne ist, über die Risikofaktoren für einen Herzinfarkt aufzuklären und darüber, wie man diese vermeidet. Daneben werden die Bürgerinnen und Bürger informiert, an welchen Anzeichen ein Herzinfarkt zu erkennen ist – um im Ernstfall schnell und richtig reagieren zu können. Der Minister erklärte: „Leider dauert es oft zu lange, bis der Rettungsdienst gerufen wird. Dabei zählt bei einem Herzinfarkt jede Minute.“

Holetschek unterstrich: „Gemeinsam mit der Deutschen Herzstiftung haben wir auch Broschüren entwickelt, die beispielsweise die Auswirkungen von Stress auf unsere Herzgesundheit thematisieren. Auf unserer Kampagnen-Homepage finden sich wertvolle Informationen, Praxistipps und Videospots zu den Herzinfarkt-Risikofaktoren, ein Veranstaltungskalender, hilfreiche Links sowie ein Herzinfarkt-Risikorechner. Besonders interessant ist außerdem die HerzFit-App. Das Projekt DigiMed Bayern, das aus Mitteln des Gesundheitsministeriums gefördert wird, hat sie gemeinsam mit der Deutschen Herzstiftung und der Deutschen Hochdruckliga entwickelt.

Die App orientiert sich an den Vorlieben und Zielen der Nutzerin beziehungsweise des Nutzers. Daraus entsteht dann ein persönliches Programm zu gesunder Ernährung, Bewegung oder auch zur Stressreduktion. Ab voraussichtlich Ende April ist die App in den App-Stores verfügbar.“

Darüber hinaus wird am 28. April 2022 ein Fachtag mit Multiplikatoren stattfinden, auf dem der Bericht „Herzinfarkte in Bayern“ vorgestellt werden soll, der die aktuellsten Daten und Erkenntnisse über Herzinfarkte im bayerischen Gesundheitssystem, Risikofaktoren und die ambulante sowie stationäre Versorgung enthalten wird.

Die Kampagne „Hand aufs Herz“ ist Teil des diesjährigen Schwerpunktthemas „Prävention von Herzinfarkten“ im Rahmen des Bayerischen Präventionsplans und läuft bis Ende September. Der Bayerische Präventionsplan wurde 2015 mit dem Ziel ins Leben gerufen, Bürgerinnen und Bürger bei ihrer Entscheidung für eine gesundheitsförderliche Lebensweise zu unterstützen, gesunde Lebenswelten zu gestalten und die gesundheitliche Chancengleichheit zu fördern.

Weitere Informationen sind zu finden unter www.handaufsherz.bayern.

[Pressemitteilung auf der Seite des Herausgebers](#)

[Inhalt](#)

[Datenschutz](#)

[Impressum](#)

[Barrierefreiheit](#)

