

## INFORMATION

[Thema des Tages](#)  
[Nachrichten](#)  
[Regionale Videos](#)  
[Überregionale Videos](#)  
[Interviews](#)  
[Wirtschaft](#)  
[Regionales](#)  
[Feuilleton](#)  
[Sport](#)  
[VfL Osnabrück](#)  
[Automobiles](#)  
[Weltspiegel](#)  
[Wetter](#)  
[Computer](#)  
[Wissenschaft](#)  
[Serien](#)  
[Reportagen](#)  
[Archiv](#)

## UNTERHALTUNG

[Tippspiel](#)  
[Politik-Quiz](#)  
[Wonnepoppen](#)  
[Webcam Storch](#)  
[Webcam Zoo](#)  
[Spiele im Test](#)  
[Liesmich.net](#)  
[Bildergalerien](#)  
[Virtueller Rundgang](#)  
[Weblinks](#)

## SERVICE

[Anzeigen & Prospekte Shop](#)  
[Ausbildung im Verlag](#)  
[Online-Werbung](#)  
[OS-/EL-Card](#)  
[SMS-Dienste](#)  
[Leserreisen](#)  
[Grußanzeigen](#)  
[Traueranzeigen](#)  
[Gesundheit](#)  
[Ticketshop](#)  
[Radarmessung](#)  
[Feuerwehr-Spezial](#)  
[Stadtlanddienst](#)

März 2009

09.03.2009

### Frauen warten bei Herzinfarkt zu lange

*hmd Fürstenau.*

Grafschaft Bentheim, Cloppenburg-Vechta, Osnabrücker Land: Die drei Kreisverbände des Sozialverbands Deutschland (SoVD) veranstalteten zum fünften Mal gemeinsam einen Internationalen Frauentag. In Fürstenau stand Medizin und Gesellschaftspolitik auf der Tagesordnung.

Die Landesfrauensprecherin Elisabeth Wohlert verwies auf die bundesweite Aktion vom 20. März zur gleichberechtigten Entlohnung für Frauen und Männer. Der Tag ist bewusst gewählt: Denn um auf das Jahreseinkommen von Männern für die gleiche Tätigkeit zu kommen, müssten Frauen im Schnitt mehr als zweieinhalb Monate zusätzlich – eben bis zum 20. März – arbeiten, berichtete Wohlert. Daher fordern die Frauen im SoVD unter anderem angepasste Tarifverträge, Mindestlohnregelungen und Sanktionen für Arbeitgeber, die ungleich bezahlen.

Zentraler Punkt der Veranstaltung war aber das Referat von Dr. Kerstin Vahlkamp. Die Internistin und Kardiologin der Schüchtermann-Klinik Bad Rothenfelde sprach zum Thema „Früherkennung und Prävention bei Herzleiden“. Ein von ihr angeführtes Zitat von Sebastian Kneipp verdeutlichte das Problem: „Alt wollen sie werden, gesund wollen sie bleiben, aber etwas tun dafür wollen sie nicht.“ Rund die Hälfte aller Todesfälle in Deutschland würden durch Herz-Kreislauf-Erkrankungen verursacht (400000), darunter häufig durch Herzinfarkt oder plötzlichen Herztod, so Vahlkamp.

Dabei ließen sich Herzkranzarterienverengungen durch vorbeugende Maßnahmen häufig vermeiden, sagte die Referentin. Neben dem Rauchen würden die falsche Ernährung, körperliche Inaktivität sowie seelischer und sozialer Stress das Risiko einer Erkrankung erhöhen. Für die Zuhörer hatte Vahlkamp eine Reihe an Tipps: Auf den Speisezettel gehörten Fisch, Vollkornprodukte, Kartoffeln, Reis, Nudeln, Gemüse und Obst. Zudem empfahl die Medizinerin tägliche Spaziergänge oder dreimal wöchentlich Jogging, Walking oder Fahrradfahren.

Zum Schluss räumte Vahlkamp noch mit einem Irrglauben auf. Tatsächlich sei im Falle eines Herzinfarkts die Sterblichkeit bei Frauen höher als bei Männern. Ein Grund: Frauen würden in der Regel eine Stunde länger warten als Männer, bis sie ärztliche Hilfe aufsuchten.