

Betydningen af fysioterapi i behandling af hjertesygdomme

Iskæmisk hjertesygdom

204.056 danskere lever med iskæmisk hjertesygdom (forsnævrede eller blokerede kranspulsårer).



Der er 73.256 ekstra akutte indlæggelser om året, hvilket er **8,4 %** af alle indlæggelser.

Det er den fjerde mest hyppige enkeltstående akutte lidelse (efter depression, KOL og lænderygmerter).

Fysisk træning til personer med iskæmisk hjertesygdom:

- **reducerer hjertekar-dødelighed med 26 %**
- **reducerer det totale antal hospitalsindlæggelser med 18 %**
- **øger livskvaliteten hos patienterne**

Hjertesvigt

Der er evidens for en gavnlig effekt af fysisk træning hos personer med hjertesvigt. Der er:

- **39 % mindre risiko for indlæggelser relateret til sygdommen**
- **25% mindre risiko for indlæggelser generelt**
- **39 % øget livskvalitet**



Efter et år ser man desuden en trend mod reduceret dødelighed.

Vigtigt med træning

Hver femte dansker dør af en hjertekarsygdom.

Behandling

Hjertesygdomme er typisk akutte. Fysisk aktivitet bør være en del af behandlingen.



Fysisk aktivitet kan nedsætte det totale antal indlæggelser og give lavere blodtryk, lavere kolesterol og en bedre kondition.

Forebyggelse

Risikoen for at få hjertekarsygdomme falder generelt med stigende mængde af fysisk aktivitet.

