

Spendenkonto

IBAN: AT97 6000 0000 0706 0005

BIC: OPSKATWW

Aktion „Herz & Sport“

Bestellen Sie jetzt kostenlos

Herz-Vorsorgepass

Mit diesem handlichen Pass haben Sie immer den Überblick über Ihre Werte. Veränderungen werden sichtbar gemacht und Risikofaktoren rechtzeitig erkannt. So halten Sie Ihr Herz fit!

Blutdruck-Pass

Der Blutdruck-Pass gibt Ihnen eine Übersicht über Ihre Messwerte und hilft Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, Ihre persönlichen Blutdruckwerte richtig zu beurteilen.

Wegweiser für Ihr Herz

Die Broschüre enthält zahlreiche Informationen zu den Risikofaktoren für Herz-Kreislaufkrankungen und Tipps für ein herzgesundes Leben.

Test zur Einschätzung des Herzinfarkt-Risikos

Auf unserer Webseite bieten wir Ihnen einen kostenlosen Test zur Ermittlung Ihres Herzrisikos. Machen Sie mit, Ihrem Herzen zuliebe!

Infobroschüre zum IMBA

Alles Wissenswerte zum Institut für Molekulare Biotechnologie kompakt in einer Broschüre.

Bestellen Sie diese und viele andere kostenlose Drucksorten auf www.herzfonds.at

Der Österreichische Herzfonds

Der Österreichische Herzfonds wurde im Jahr 1971 gegründet und setzt sich seither mit einer Vielzahl von Programmen und Projekten dafür ein, dass der Vormarsch von Herz-Kreislaufkrankungen in Österreich eingebremst wird. Das Angebot umfasst Präventionsprojekte, Reanimationsprogramme, Seminare zur Vorbeugung von Herz-Kreislaufkrankungen sowie Forschungsprojekte, Öffentlichkeitsarbeit, Ausstellungen und vieles mehr.



Institut für Molekulare Biotechnologie

Das IMBA ist ein international angesehenes Forschungsinstitut mit dem Ziel, molekulare Prozesse in einzelnen Zellen und gesamten Organismen zu verstehen und Ursachen für die Entstehung humaner Erkrankungen aufzuklären. Das Institut wurde 1999 als 100% Tochtergesellschaft der Österreichischen Akademie der Wissenschaften (ÖAW) gegründet. Die fundamentalen Erkenntnisse des IMBA sind der erste Schritt in Richtung neuer Therapien von bisher unheilbarer und unzureichend behandelbarer Erkrankungen.

Infos unter: www.herzfonds.at / www.imba.oeaw.ac.at

Wir danken für die freundliche Unterstützung von



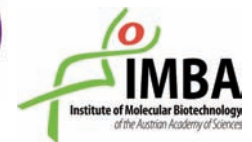
... damit Dir nicht die Luft ausgeht



Eine Aktion des FK Austria Wien auf Initiative des Österreichischen Herzfonds und dem IMBA.



ÖSTERREICHISCHER
HERZFONDS



www.herzfonds.at / www.imba.oeaw.ac.at



Die Aktion „Herz & Sport“ ist ein Gemeinschaftsprojekt des FK Austria Wien, des Österreichischen Herzfonds und des Forschungsinstitutes IMBA (Institut für Molekulare Biotechnologie) im Rahmen einer Spendenkampagne.

Das Hauptziel dieser Fundraising-Kooperation ist die finanzielle Förderung der Herzforschung und somit die Verbesserung der Lebensqualität für Menschen, die an Herzschwäche erkrankt sind. Konkret sollen Spendengelder zur Erforschung von regenerativen Herzmuskelzellen am IMBA gesammelt werden. Der Österreichische Herzfonds und das IMBA setzen große Hoffnungen in diese Forschungs Kooperation.

Herzinsuffizienz (Herzschwäche)

Von einer Herzschwäche spricht man, wenn der Herzmuskel nicht genug Kraft hat, also zu schwach ist, ausreichend Blut in den Kreislauf zu pumpen. So - mit können die Organe nicht ausreichend mit Sauerstoff versorgt werden.

Eine Herzschwäche wirkt sich negativ auf die die Funktion von Herz, Kreislauf, Nieren und Skelettmuskulatur aus. Sie ist eine der häufigsten Erkrankungen in der inneren Medizin. Etwa 400.000 ÖsterreicherInnen sind davon betroffen.

Eine Herzinsuffizienz ist eine Folgeerkrankung einer bestehenden Krankheit. In 70 % der Fälle entsteht sie durch unzureichende Behandlung von Bluthochdruck oder einer Durchblutungsstörung des Herzmuskels (koronare Herzkrankheit).

Wie kann man vorbeugen?

Übergewicht und Bluthochdruck (und vor allem die Kombination von beiden Faktoren) können zu einer Herzschwäche führen. Sport ist ein richtiges Wundermittel: Als Minimallösung sollte man 3 x 30 Minuten pro Woche eine Ausdauersportart betreiben, wie zum Beispiel lockeres Laufen, Nordic Walken, flottes Spaziergehen oder Radfahren. Das ist nicht viel – wenn



man es aber regelmäßig einhält, trägt es ganz enorm zur Verbesserung der gesundheitlichen Situation bei.

Wissen ist die beste Gesundheitsvorsorge. Daher lautet die Devise: Bleiben Sie in Bewegung! UND: „Blutdruckmessungen nicht vergessen“. Denn permanent erhöhter Blutdruck muss unbedingt medikamentös und meist ein Leben lang behandelt werden.

Die Aktion „Herz & Sport“ ist wichtig



„Ich unterstütze diese Aktion weil einfach alles getan werden muss, damit die Menschen ein langes und gesundes Leben führen können. Die Aktion „Herz & Sport“ zeigt, wie wichtig dafür sportliche Betätigung und die wissenschaftliche Forschung sind.“

Dr. Michael Häupl, Bürgermeister und Landeshauptmann von Wien



„Die Förderung der Herzforschung und die Vorsorge von Herz-Kreislaufkrankungen sind die Schwerpunkte der Arbeit des Österreichischen Herzfonds. Die Verbesserung der Lebensqualität von Menschen, die an Herzschwäche leiden, ist uns ein großes Anliegen. Daher unterstützen wir diese Aktion.“

Univ.-Prof. Dr. Otmar Pachinger, Präsident Österr. Herzfonds



„Forschung ist der Grundstein, um neue Wege zur Behandlung der Herzinsuffizienz herauszufinden. Unser Ziel ist es, die Regenerationsfähigkeit des Herzens auf Basis von molekularen Mechanismen anzuregen, um die Leistungsfähigkeit und damit das Wohlbefinden betroffener Menschen zu steigern.“

Univ.-Prof. Dr. Josef Penninger, Wissenschaftlicher Direktor IMBA



„Jeder neue Forschungsansatz kann helfen und somit ein Lebensretter für jede/n von uns werden. Gerade für SportlerInnen ist die Gesundheit ein bedeutendes Gut und ihr wichtigstes Kapital. Der FK Austria Wien engagiert sich gerne für das wichtige Thema der Herzforschung.“

Wolfgang Katzian, Präsident des FK Austria Wien