

Atemfrequenz/min - ein einfaches, aber wertvolles Belastungs-Kriterium bei Herzkranken

Bei chronisch Herzkranken, speziell auch in der Herzgruppe, kontrollieren wir die Anstrengungsintensität gerne mit der Pulsfrequenz. Diese ist jedoch bei der Vielzahl von Patienten mit Vorhofflimmern oder auch unter der häufigen Betablocker-Therapie von Herzpatienten wenig aufschlussreich. Hier kann man ein Anstrengungs-Monitoring relativ einfach mit dem Zählen der Atemfrequenz pro Minute durchführen (üblicherweise zählt man nur über 30 Sekunden und multipliziert mit zwei, Ein- und Aus-Atmung werden dabei als ein Atemzug gezählt).

Während unter Ruhe-Bedingungen die Atemfrequenz 8-10 Atemzüge pro Minute nicht überschreitet, sind unter Belastungsbedingungen 25-30 Atemzüge pro Minute bereits ein grenzwertiges Belastungszeichen für Herz-Patienten und sollten Anlass geben, die Intensität nicht weiter zu steigern. Bei zusätzlich vorliegender Lungenkrankheit (etwa COPD) ist oft die Lungenerkrankung vordergründig verantwortlich für eine hohe Atemfrequenz.