# *Pressemitteilung vom 26.04.2018*

**Fitnesstraining für das Herz**

# ****Vortrag im Universum® über Herzschwäche und was dagegen getan werden kann****

Ausdauernd und präzise pumpt das Herz bei einem erwachsenen Menschen circa fünf Liter Blut pro Minute durch Blutgefäße von rund 100.000 km Länge in den gesamten Körper. Doch alleine in Deutschland leiden schätzungsweise fast zwei Millionen Menschen an einer chronischen Herzschwäche – von Jung bis Alt. Das Herz ist dadurch nicht mehr in der Lage, den Körper mit ausreichend Blut und damit auch mit Sauerstoff und Nährstoffen zu versorgen. Atemnot und Leistungsschwäche sind nur einige der Folgen. In einem kostenlosen Vortrag klärt Dr. Kirsten Krämer, Oberärztin am Klinikum Links der Weser, am Donnerstag, 3. Mai, um 18 Uhr im Universum® über die auch als Herzinsuffizienz bekannte Krankheit auf. Dabei geht sie auf Ursachen, Diagnose, Therapie und Möglichkeiten der Vorbeugung einer Herzschwäche ein. Betroffene erfahren, wie sie mit richtig abgestimmtem Training die Leistungsfähigkeit ihres Herzens verbessern können. Das Publikum kann zudem individuelle Fragen an die Expertin stellen.

Der Vortrag findet begleitend zur HERZZEIT im Universum® Bremen statt, einer gemeinsamen Aktion des Wissenschaftscenters mit der Stiftung Bremer Herzen und der AOK Bremen/Bremerhaven. Zwei begehbare Organmodelle veranschaulichen neben den anatomischen Details des Herzens auch krankhafte Veränderungen wie Arterienverkalkung und den Einsatz medizinischer Implantate wie künstliche Herzklappen. Zusätzlich warten präparierte Herzen verschiedener Säugetiere und eine Virtual-Reality-Reise durch den Körper auf die Universum®-Gäste.

* **Termin:** Der Vortrag **„Herzschwäche – eine Krankheit jeden Alters“** findet am **Donnerstag, 3. Mai**, von 18 Uhr bis 19.15 Uhr im Universum® Bremen statt. Der Besuch des Vortrags ist kostenlos, eine Anmeldung ist leider nicht möglich. Für fünf Euro Eintritt kann zuvor ab 16.30 Uhr die HERZZEIT besucht werden.