

**Herzwochen 2023**

## **Herzwächter am Handgelenk:**

**Wie die Smartwatch ein mögliches Schlaganfallrisiko erkennen kann**

**Berlin/München, 21. November 2023:** Etwa jede:r Fünfte in Deutschland besitzt laut aktuellem Mikrozensus eine Smartwatch oder einen sogenannten Fitnesstracker.<sup>1</sup> Sie begleiten durch den Alltag, während ihre Sensoren ständig eine Vielzahl von Gesundheitsdaten wie Schritte, Kalorienverbrauch, Sauerstoffgehalt des Blutes und Pulskurven messen und aufzeichnen. Das ist nicht nur für Sportler:innen zur Trainingsoptimierung interessant, sondern eröffnet auch der Medizin neue Möglichkeiten: Wie der Gebrauch von Smartwatches dabei helfen kann, frühzeitig einen unregelmäßigen Herzschlag festzustellen, erklärt die Initiative „Herzstolpern – Achten Sie auf Ihren Rhythmus“ von Bristol Myers Squibb und Pfizer auf ihrer Webseite [www.herzstolpern.de](http://www.herzstolpern.de). Die Initiative hat es sich zur Aufgabe gemacht, über die Herzrhythmusstörung Vorhofflimmern sowie ihre Risiken und Folgen zu informieren.

Besonders interessant sind in diesem Zusammenhang Smartwatches, die ein von kardiologischen Fachgesellschaften anerkanntes Elektrokardiogramm (EKG) zur Erkennung von Herzrhythmusstörungen aufzeichnen können.<sup>2</sup> Vorhofflimmern (VHF) ist mit rund 1,8 Millionen Betroffenen<sup>3</sup> in Deutschland die häufigste anhaltende Herzrhythmusstörung<sup>4</sup> und ein wichtiger Risikofaktor für den Schlaganfall: Wer ein VHF hat, hat ein fünffach erhöhtes Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden.<sup>5</sup> Allerdings ist ein VHF nicht leicht zu erkennen, denn es kann ohne Symptome verlaufen. Mögliche Symptome wiederum wie Herzstolpern oder Herzasen, Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Schwindel und Schlafstörungen sind relativ unspezifisch und können auch andere Ursachen haben.<sup>5</sup> Da VHF deshalb häufig nicht oder erst spät entdeckt wird, ist von einer hohen Dunkelziffer auszugehen.<sup>6</sup>

### **Pulsmessen als Unterstützung**

Durch regelmäßiges Pulsmessen morgens nach dem Aufstehen und abends vor dem Zubettgehen, kann dazu beigetragen werden, einen unregelmäßigen Herzrhythmus zu erkennen. Smartwatches oder Fitnesstracker am Handgelenk bieten allerdings einen entscheidenden Vorteil, denn deren Sensoren behalten den Herzschlag Tag und Nacht im Blick, solange sie getragen werden.<sup>7</sup> Smartwatches können Unregelmäßigkeiten im Puls dank ausgefeilter Algorithmen selbst dann erkennen, wenn die Betroffenen selbst nichts Auffälliges bemerken – und fordern durch eine Warnmeldung zum Arztbesuch auf.<sup>8</sup> Sofern ihre Smartwatch über eine EKG-Funktion verfügt, können Betroffene auch spontan eine 30-sekündige Herzstromkurve aufzeichnen und ihrer Ärztin oder ihrem Arzt zur

Beurteilung zusenden. Oft erübrigt sich damit sogar die Aufzeichnung eines Langzeit-EKGs, wenn das Smartwatch-EKG bereits die typischen Veränderungen eines VHF zeigt.<sup>2</sup>

### **Über die Initiative Herzstolpern**

Als verantwortungsvolle Unternehmen, für die das Wohl von Patient:innen im Fokus steht, haben Bristol Myers Squibb und Pfizer als Allianz 2018 die Initiative „Herzstolpern – Achten Sie auf Ihren Rhythmus“ gegründet. Ziel ist es, über die Erkrankung Vorhofflimmern und deren Folgen zu informieren. Neben Betroffenen richtet sich die Initiative auch an Apotheker:innen, Allgemeinmediziner:innen und Kardiolog:innen, da sie oft erste Ansprechpartner:innen für Betroffene sind. Weitere Informationen finden Sie auf der Initiativen-Webseite [trackinglink: https://www.herzstolpern.de](https://www.herzstolpern.de)

### **Über Bristol Myers Squibb**

Bristol Myers Squibb ist ein weltweit tätiges BioPharma-Unternehmen, das sich die Erforschung, Entwicklung und Bereitstellung innovativer Medikamente zur Aufgabe gemacht hat, die Patient:innen dabei helfen, schwere Erkrankungen zu überwinden. Weiterführende Informationen unter [bms.com/de](https://bms.com/de), [Twitter](#), [LinkedIn](#), [YouTube](#) und [Instagram](#).

### **Über Pfizer – “Breakthroughs that change patients’ lives”**

Damit Menschen Zugang zu Therapien erhalten, die ihr Leben verlängern und erheblich verbessern, setzen wir bei Pfizer auf Wissenschaft und nutzen unsere globalen Ressourcen. Unser Anspruch ist es, bei der Entdeckung, der Entwicklung und der Herstellung innovativer Medikamente und Impfstoffe Standards zu setzen – hinsichtlich ihrer Qualität, Sicherheit und des Nutzens für PatientInnen. Weltweit – über Industrie- und Schwellenländer hinweg – arbeiten KollegInnen bei Pfizer jeden Tag daran das Wohlbefinden, die Prävention, die Behandlungs- und Heilungschancen gegen die schwerwiegenden Erkrankungen unserer Zeit zu verbessern und voranzubringen. Aus unserer Verantwortung als eines der weltweit führenden innovativen biopharmazeutischen Unternehmen heraus arbeiten wir mit Leistungserbringern, Regierungen und lokalen Gemeinschaften zusammen, um weltweit den Zugang zu einer zuverlässigen und bezahlbaren Gesundheitsversorgung zu fördern und auszuweiten. Einen Unterschied für alle zu machen, die sich auf uns verlassen, daran arbeiten wir seit mehr als 170 Jahren. Der Hauptsitz von Pfizer ist in New York. In Deutschland sind mehr als 2.500 MitarbeiterInnen an drei Standorten tätig: Berlin, Freiburg und Karlsruhe. Das Werk in Freiburg ist Vorreiter in Sachen Nachhaltigkeit und Industrie 4.0.

### **Pressekontakt**

Bristol-Myers Squibb GmbH & Co. KGaA  
Carolin Schambach | Corporate Affairs  
Arnulfstraße 29 | 80636 München

Tel: +49 152 3825 8081 | E-Mail: ca-germany@bms.com

Pfizer Deutschland GmbH  
Monika Zureck | Corporate Communications  
Linkstraße 10 | 10785 Berlin  
Tel: +49 30 550055 51088 | E-Mail: presse@pfizer.com

---

<sup>1</sup> Statistisches Bundesamt: Mikrozensus 2022.

<sup>2</sup> Veltmann C, et al. Wearable-basierte Detektion von Arrhythmien. Positionspapier der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie. *Kardiologie*. 2021;15:341-353.

<sup>3</sup> Kip M, et al. Weißbuch Schlaganfallprävention bei Vorhofflimmern. Thieme Verlag. 2015.

<sup>4</sup> Hindricks G, Potpara T, et al. ESC Guidelines for the diagnosis and management of atrial fibrillation. *Eur Heart J*. 2020;42:373-498.

<sup>5</sup> Wynn GJ, et al. The European Heart Rhythm Association symptom classification for atrial fibrillation: validation and improvement through a simple modification. *Europace*. 2014;16:965-972.

<sup>6</sup> Haim M, Hoshen M, Reges O, Rabi Y, Balicer R, Leibowitz M. Prospective national study of the prevalence, incidence, management and outcome of a large contemporary cohort of patients with incident non-valvular atrial fibrillation. *J Am Heart Assoc* 2015;4:e001486.

<sup>7</sup> Meinertz T. Nutzt eine Smartwatch Herzpatienten wirklich? Deutsche Herzstiftung e.V.

<https://herzstiftung.de/ihre-herzgesundheit/leben-mit-der-krankheit/smartwatch-fuer-herzpatienten>. Letzter Zugriff: 11.10.2023

<sup>8</sup> Sohns C, et al. Smart and simple: Stellenwert von Implantables und Wearables im rhythmologischen Alltag. *Herzschrittmacherther Elektrophysiol*. 2020;31(3):265-272.