

Pressemitteilung

AOK-Gesundheitsatlas: 316.800 Menschen in Westfalen-Lippe leiden an einer Herzinsuffizienz

Männer in allen Altersgruppen häufiger betroffen - Große Unterschiede in den Regionen

Dortmund, 21. September 2026

Rund 316.800 Menschen ab 30 Jahren waren 2024 in Westfalen-Lippe wegen einer Herzinsuffizienz in ärztlicher Behandlung. Das entspricht 5,5 Prozent der Bevölkerung ab 30 Jahren. Wie stark die Häufigkeit innerhalb der Region variiert, zeigt der neue ‚AOK-Gesundheitsatlas Herzinsuffizienz‘ des Wissenschaftlichen Instituts der AOK (WIdO), der heute in Dortmund im Vorfeld des Weltherztages am 29. September vorgestellt wurde. Eine Herzinsuffizienz kann sich unter anderem durch Atemnot, schnelle Erschöpfung, Müdigkeit und Wassereinlagerungen im Gewebe bemerkbar machen. „Das Risiko für eine Herzinsuffizienz lässt sich durch gesunde Ernährung, ausreichend Bewegung, die konsequente Behandlung von Bluthochdruck und den Verzicht auf das Rauchen deutlich senken“, sagte Tom Ackermann, Vorstandsvorsitzender der AOK NordWest.

Deutliche regionale Unterschiede

Der AOK-Gesundheitsatlas zeigt bei der Herzinsuffizienz-Häufigkeit deutliche Unterschiede zwischen den Kreisen und kreisfreien Städten in Westfalen-Lippe: Die niedrigsten Anteile finden sich mit 4,1 Prozent in Bielefeld und 4,2 Prozent in Münster. Am stärksten betroffen sind die Städte Herne mit einer Krankheitshäufigkeit von 8,3 Prozent und Gelsenkirchen (7,2 Prozent). Im Vergleich zu anderen Bundesländern entspricht der Anteil der wegen Herzinsuffizienz behandelten Personen in Westfalen-Lippe mit 5,5 Prozent genau dem bundesweiten Durchschnitt. Die Krankheitshäufigkeit in Westfalen-Lippe ist

laut der WIdO-Analyse im Jahr 2024 im Vergleich zu 2017 leicht zurückgegangen– von 5,7 Prozent auf 5,5 Prozent.

Krankheitshäufigkeit steigt im Alter an

Die Herzinsuffizienz, umgangssprachlich auch als Herzschwäche bezeichnet, ist eines der häufigsten Gesundheitsprobleme des Herz-Kreislauf-Systems. Während die Erkrankung in jungen Lebensjahren selten vorkommt, steigt die Häufigkeit mit dem Alter stark an und erreicht den Häufigkeitsgipfel in der Altersgruppe ab 90 Jahre. Hier liegt der Anteil der erkrankten Männer in Westfalen-Lippe bei 36,3 Prozent und 29,9 Prozent bei den Frauen.

Männer sind häufiger betroffen

Männer sind häufiger betroffen als Frauen. Eine mögliche Erklärung für diesen Unterschied ist, dass Männer häufiger und früher an einer koronaren Herzkrankheit oder einem Herzinfarkt erkranken. Beide zählen zu den wichtigen Ursachen einer Herzinsuffizienz.

Regionaler Zusammenhang zwischen Rauchen und Herzinsuffizienz

Rauchen ist ein maßgeblicher Risikofaktor für die Entwicklung kardiovaskulärer Erkrankungen, in deren Folge eine Herzinsuffizienz auftreten kann. Der AOK-Gesundheitsatlas zeigt einen deutlichen Zusammenhang zwischen dem regionalen Anteil der rauchenden Bevölkerung und der Herzinsuffizienz-Prävalenz in Westfalen-Lippe. In vielen Regionen, in denen der Anteil der Rauchenden hoch ist, ist auch die Herzinsuffizienz-Häufigkeit besonders ausgeprägt. In Westfalen-Lippe trifft dies gleich auf mehreren Regionen zu, darunter Gelsenkirchen, Herne, Bochum, Bottrop, Hamm, Herne und der Ennepe-Ruhr-Kreis. „Da Rauchen ein wichtiger Risikofaktor für Herz-Kreislaufenerkrankungen ist, können Rauchverzicht sowie Maßnahmen zur Raucherprävention dazu beitragen, das Risiko künftiger kardiovaskulärer Erkrankungen und damit auch eine Herzinsuffizienz zu reduzieren“, so AOK-Chef Ackermann.

Risikofaktoren minimieren

Neben dem Rauchen als maßgeblicher Risikofaktor für eine Herzinsuffizienz geht aus dem AOK-Gesundheitsatlas ebenfalls hervor, dass weitere verschiedene Risikofaktoren zur Entstehung einer kardiovaskulären Erkrankung und in deren Folge eine Herzinsuffizienz auftreten können. Dazu gehören Bluthochdruck, Fettstoffwechselstörungen, starkes Übergewicht oder Diabetes mellitus Typ 2. „Dies verdeutlicht das hohe Präventionspotential. Mit einer gesunden Lebensweise kann das Risiko für kardiovaskuläre Erkrankungen deutlich gesenkt

werden“, so der AOK-Chef. Auf dem Weg zu Lebensstilveränderungen unterstützt die AOK NordWest ihre Versicherten mit zahlreichen kostenfreien persönlichen und digitalen Angeboten im Rahmen ihres Gesundheitsprogramms.

Strukturierte Behandlung für ein besseres Krankheitsmanagement

Die chronische Herzinsuffizienz ist eine schwere Erkrankung, die mit einer eingeschränkten Lebensqualität einhergeht und die Lebenserwartung verkürzen kann. Eine aktive Mitwirkung der Betroffenen ist für eine erfolgreiche Behandlung wichtig. Dabei spielt das Selbstmanagement eine wichtige Rolle, um Lebensstiländerungen wie körperliche Aktivität Schritt für Schritt zu implementieren und Medikamente zuverlässig einzunehmen. Außerdem erfordert die chronische Herzinsuffizienz regelmäßige Verlaufskontrollen sowie eine Koordination der Versorgung zwischen den verschiedenen an der Behandlung beteiligten Haus- und Fachärztinnen und -ärzten. Um Betroffene noch besser zu unterstützen, ist ein neues Disease-Management Programm (DMP) ‚Herzinsuffizienz‘ in Vorbereitung, das voraussichtlich im nächsten Jahr in Westfalen-Lippe nach neuen Behandlungsleitlinien eingeführt werden soll.

Sinkende Mortalität, mehr Klinikaufenthalte und Arzneimittel-Verordnungen

Die Herzinsuffizienz schränkt durch ihre Symptome nicht nur die Lebensqualität der Betroffenen ein, sondern geht auch mit einer erhöhten Sterblichkeit einher. Positiv ist, dass sich die Sterblichkeit im Zusammenhang mit der Herzinsuffizienz in den vergangenen Jahren auch in Nordrhein-Westfalen deutlich reduziert hat - von 1.503 Todesfällen im Jahr 2017 auf 7.591 im Jahr 2024. Zugenommen haben hingegen die Krankenhausfälle. Im Jahr 2017 wurden 100.195 Menschen mit einer Herzinsuffizienz in Kliniken in NRW behandelt, in 2024 waren es 106.265 Patientinnen und Patienten. 2025 wurden in Westfalen-Lippe fast 15 Millionen Verordnungen für Medikamente mit den Zielwirkstoffen für Herzinsuffizienz ausgestellt im Wert von über 531 Millionen Euro. Im Vergleich zu 2020 sind die Verordnungen damit um 6,6 Prozent gestiegen. Die Ausfalltage bei AOK-Versicherten ab 30 Jahren in Westfalen-Lippe wegen einer Herzinsuffizienz betrugen in 2017 insgesamt 27.553 Tage, in 2025 waren es schon 77.645 Tage.

Hohe Krankheitskosten

Zudem ist laut Krankheitskostenstatistik des Statistischen Bundesamtes die Herzinsuffizienz mit Krankheitskosten von 9,2 Milliarden Euro für knapp zwei Prozent der Gesundheitsausgaben in Deutschland verantwortlich. Die Kosten entstehen vor allem durch Krankenhausaufenthalte und steigen mit dem Schweregrad an.