



## HRV-Analyse

Das autonome Nervensystem (ANS) ist wichtig für die innere Homöostase des menschlichen Organismus, indem es kardiovaskuläre, thermoregulatorische, gastrointestinale, urogenitale, exokrin-endokrine und pupillomotorische Funktionen reguliert.

### Störungen der autonom-nervösen Regulationsfähigkeit liegen vor bei:

- Arteriosklerotischen und thrombotischen Gefäßveränderungen,
- Hypertonie (Bluthochdruck)
- Diabetes mellitus
- Fibromyalgie,
- Cephalgie (Kopfschmerzen),
- Vertigo (Schwindel),
- orthostatischen Belastungsstörungen,
- Chronisches Müdigkeitssyndrom (Chronic-Fatigue-Syndrom; CFS),
- Burnout-Syndrom,
- Depressiver Verstimmung,
- Angst- und Panikstörungen,
- verschiedenen Formen somatischer Störungen.

Um eine Störung des ANS beurteilen zu können, sollte eine Herzfrequenzvariabilitätsanalyse (HRV-Analyse) durchgeführt werden.

Eine HRV-Analyse wird häufig ergänzend bei der Herz-Kreislauf Diagnostik sowie bei zahlreichen anderen klinischen Fragestellungen eingesetzt.

### Die HRV-Analyse dient insbesondere der:

- Vorhersage des Risikos für Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems
- Risikostratifizierung nach akutem Myokardinfarkt (Herzinfarkt)
- Erfassung der individuellen Stressbelastung und Stressresistenz
- Verlaufsbeurteilung bei körperlicher Beanspruchung
- Kontrolle der Auswirkungen von Rauchen, Alkohol und Medikamenten
- Beurteilung altersbedingter Veränderungen
- Anpassung der Trainingsintensität an die individuelle Belastungsfähigkeit

### Ihr Nutzen

Die **HRV-Analyse** ermöglicht die **frühzeitige Erkennung** von **stressbedingten Gesundheitsstörungen** und **Herz-Kreislauf-Erkrankungen**, so daß eine **Therapie rechtzeitig** durchgeführt werden kann.