

# Yoga gegen Vorhofflimmern

Wer unter Herzrhythmusstörungen leidet, kann die Anzahl der Episoden mit Vorhofflimmern durch Yoga halbieren, berichtet die Apotheken Umschau. In einer Studie des University of Kansas Hospital in Kansas City (USA) hatten Patienten, die regelmäßig Yoga- und Atemübungen machten, durchschnittlich 2,1 solcher Episoden, die anderen Untersuchungsteilnehmer 3,8. Yoga sei aber eine ergänzende Therapie, erklärt der Studienleiter Dhanunjaya Lakkireddy. Die Patienten müßten Medikamente etwa zur Blutverdünnung oder Antiarrhythmika weiterhin nehmen.

(ots/jW)

<https://www.jungewelt.de/artikel/168169.yoga-gegen-vorhofflimmern.html>