

# Herzinfarkt

Ein Herzinfarkt kommt nicht von allein. Meist entsteht er, weil sich die Herzkranzgefäße über Jahre mehr und mehr verschlossen haben. Mittlerweile sind einige Risikofaktoren bekannt, die dazu beitragen. Die wichtigsten sind ein erhöhter Blutdruck, zu hoher Cholesterinspiegel, zu hoher Blutzucker und das Rauchen. Wer diese Risikofaktoren meidet, lebt besser und senkt sein Risiko, einen Infarkt zu bekommen.

## Wenn das Herz nach Luft ringt

Wie jeder andere Muskel braucht das Herz, um zu funktionieren, Nährstoffe und Sauerstoff. Die erhält das Herz in der Regel über drei große Gefäße, die so genannten Herzkranzgefäße. Wenn ein oder mehrere Herzkranzgefäße verstopfen, ist ein Teil des Herzmuskels von der Versorgung abgeschnitten – die Muskelzellen sterben innerhalb weniger Stunden ab, der Betroffene erleidet einen Herzinfarkt. Ein solcher Infarkt ist ein absoluter Notfall: Rund 30 Prozent der Betroffenen sterben in der ersten Stunde, weitere zwölf Prozent wenig später.

## Ursache Gefäßverstopfungen

Gefäßverkalkungen – auch Arteriosklerose genannt – sind in der Regel die Ursache für einen Herzinfarkt. Die Verkalkungen verengen den Durchmesser des Gefäßes nach und nach immer stärker. Außerdem können sich an den Verkalkungsstellen spontan Blutgerinnsel bilden, die dann das ohnehin verengte Gefäß wie ein Pfropfen verschließen und das dahinter liegende Herzmuskelgewebe von der Versorgung abschneiden. Verschiedene Risikofaktoren wie Rauchen, zu hoher Blutdruck und zu hohe Zuckerwerte bewirken die Verkalkung – nicht nur in den Herzkranzgefäßen, sondern auch in anderen Blutgefäßen.

## Anzeichen richtig deuten und schnell handeln

Viele Herzinfarkte gehen deshalb tödlich aus, weil erste Anzeichen nicht richtig gedeutet werden und im entscheidenden Augenblick falsch gehandelt wird. Entscheidend ist, dass der Patient möglichst schnell in die Klinik kommt. Für die Behandlung sind die ersten drei bis sechs Stunden entscheidend.

*Fortsetzung Seite 2*

Die KV-Patientensprechstunde  
wird unterstützt von

**radioBERLIN**<sup>rbb</sup>  
88,8

## **Warnsignale richtig deuten – bei Männern**

Typisch für den akuten Infarkt sind plötzliche drückende oder brennende Schmerzen hinter dem Brustbein. Diese sind oft so stark, dass Betroffene später von „Vernichtungsschmerzen“ sprechen. Oftmals strahlen sie in den linken, seltener auch in den rechten Arm aus. Schmerzen können aber auch im Rücken, im Kiefer oder im oberen Bauch auftreten. Zusätzlich zu den Schmerzen bekommt der Betroffene oft schwere Atemnot, wird schwindelig oder sogar bewusstlos. Hinzu kommen Enge- und Angstgefühle. Allerdings gibt es auch Infarkte, die keine Schmerzen machen. Diese so genannten stummen Infarkte kommen häufig bei Diabetikern vor.

## **Warnsignale richtig deuten – bei Frauen**

Die bei Männern für einen Herzinfarkt typischen Beschwerden wie Druck- und Engegefühl in der Brust, Schmerzen, die in den linken Arm, die Schultern oder den Hals ausstrahlen, treten bei Frauen seltener auf. Oftmals sind bei Frauen die Symptome für einen Herzinfarkt eher unspezifisch. Achten Sie auf Anzeichen wie:

- Druckgefühl im Oberbauch
- Übelkeit und Erbrechen
- Atemnot und
- Rückenschmerzen.

Wenn solche Schmerzen nach Beendigung einer körperlichen Anstrengung anhalten, im Ruhezustand oder nachts auftreten, können sie einen drohenden Herzinfarkt ankündigen.

## **Rufen Sie sofort den Notarzt!**

Typische Anzeichen für den akuten Herzinfarkt sind:

- plötzliche drückende oder brennende Schmerzen hinter dem Brustbein, die oftmals in den linken, seltener auch in den rechten Arm ausstrahlen
- Schmerzen im Bereich des Rückens, des Kiefers oder im oberen Bauch, schwere Atemnot, die zusätzlich zu den Schmerzen auftritt
- Schwindel oder sogar Bewusstlosigkeit
- blasse, fahle Gesichtsfarbe, kalter Schweiß auf Stirn und Oberlippe
- Enge- und Angstgefühle
- Übelkeit.

*Fortsetzung Seite 3*

## **Sofortmaßnahmen – schnell gehandelt ist halb gerettet**

Wenn die Symptome eines Herzinfarktes auftreten, heißt das oberste Gebot: Ruhe bewahren. Denn wer hektisch wird, macht Fehler. Das ist im Falle eines Herzinfarktes zu tun:

- Telefonnummern des Hausarztes, des Notarztes und auch der Rettungs-Leitstelle jederzeit griffbereit halten.
- Den Patienten sofort und mit angehobenem Oberkörper auf ein Bett oder Sofa lagern.
- Enge Kleidung lockern.

Nach dem Auftreten der ersten Symptome sollten nicht mehr als 15 bis 30 Minuten vergehen, bis der Arzt gerufen wird. Ist der Arzt nicht zu erreichen, muss der Notarzt gerufen werden. Beim Telefongespräch mit dem Arzt Adresse, Name und Alter des Patienten sowie Beschwerden und bekannte Risikofaktoren angeben. Den Verdacht auf Herzinfarkt äußern. Nach dem Telefongespräch dafür sorgen, dass der Arzt die Wohnung schnell findet. Wenn möglich einen Nachbarn bitten, den Arzt auf der Straße zu empfangen.

Auf keinen Fall den Patienten lange allein lassen. Beruhigend auf den Patienten einreden. Auch wer allein zu Haus ist und bestimmte Symptome verspürt, die auf einen Infarkt hinweisen, sollte so schnell wie möglich den Rettungsdienst anrufen. Sonst könnte es bald zu spät sein.

*Quelle: Kassenärztliche Bundesvereinigung*

**Bei der Suche nach einem Kardiologen in Ihrer Nähe hilft Ihnen auch die Kassenärztliche Vereinigung Berlin weiter: Unter der Nummer 31 00 32 22 erreichen Sie unseren Gesundheitslotsendienst.**