

Frauenherzen schlagen anders – Worauf Frauen achten sollten



Wie unterscheidet sich der Herzinfarkt bei Mann und Frau?
Was steckt hinter dem Phänomen des gebrochenen Herzens?
Was sollte man tun, wenn der Verdacht auf einen Infarkt besteht?
Wie kann man vorsorgen?

Antworten auf Ihre Fragen

Frauenherzen schlagen anders – Worauf Frauen achten sollten:

Frauen sind von einem Herzinfarkt genauso bedroht wie Männer. Trotzdem gilt der Infarkt als typische Männerkrankheit. **Der Grund:** Männer sind im Durchschnitt deutlich jünger und noch berufstätig, wenn es zum Infarkt kommt. Sie stehen mitten im Leben. Bei Frauen steigt das Risiko dagegen erst ab etwa 70 Jahren auf ein ähnliches Level an, der Infarkt geschieht weniger öffentlich.

Wie unterscheidet sich der Herzinfarkt bei Mann und Frau?

Symptome

Heftige, anhaltende Brustschmerzen, die in Arm, Oberbauch oder Kiefer ausstrahlen, sind typische Symptome beim Mann. Bei Frauen kann sich der Infarkt auch durch **weit unspezifischere Beschwerden** ankündigen, etwa Atemnot, Bauchschmerzen, Übelkeit und Erschöpfung. Viele halten dies zunächst fälschlicherweise für eine Magenverstimmung oder einen Infekt.

Ursachen

Hauptauslöser für einen Herzinfarkt ist die Arteriosklerose. Deren Ursachen wiederum sind Rauchen, Stress, Diabetes, Bluthochdruck, ein hoher Cholesterinspiegel und Übergewicht aber auch genetische Vorbelastung. **Doch auch hier gibt es Unterschiede:** Die Herzinfarktrate bei Frauen mit Diabetes ist um das achtfache erhöht, bei Männern nur um das 2,5-fache. Das Risiko einer koronaren Herzerkrankung ist bei Raucherinnen um 25 Prozent höher als bei Rauchern. Auch die Seele spielt eine wichtige Rolle. Depressionen steigern das Herzinfarkttrisiko um das vierfache. Frauen sind hier insofern stärker betroffen, da sie doppelt so häufig an Depressionen leiden wie Männer.

Behandlung

Der Herzinfarkt wird mit Medikamenten oder einem Herzkatheter behandelt, über den das verstopfte Gefäß wieder aufgedehnt wird. Bei Frauen werden jedoch weit weniger Herzkatheteruntersuchungen durchgeführt. Ein möglicher Grund ist das oft höhere Alter. Das Risiko des Eingriffs ist dadurch erhöht. **Ein weiteres Problem:** Medikamente wirken bei Frauen und Männern unterschiedlich. Betablocker wirken etwa bei Frauen stärker als bei Männern. Acetylsalicylsäure (z.B. Aspirin) wirkt dagegen schlechter. Die zur Krampflösung eingesetzten Nitrate können bei Frauen Migräne auslösen. Blutdruckmedikamente wie Calcium-Antagonisten führen häufiger zu Wassereinlagerungen. Es gibt auch Herzmedikamente, die bei Frauen stärker wirken.



Was steckt hinter dem Phänomen des gebrochenen Herzens?

Das sogenannte Broken-Heart-Syndrom bezeichnet die Verformung des Herzens ähnlich der Form eines Tintenfischs, weshalb auch vom Tako-Tsubo-Syndrom (deutsch: Tintenfischfalle) gesprochen wird. Es tritt zum Beispiel nach einer starken emotionalen Erregung, etwa dem Tod eines nahen Angehörigen, auf. Plötzlich wird das Herz nicht mehr richtig durchblutet. Achtzig Prozent der Betroffenen sind Frauen. Das liegt daran, dass psychische Belastungen sich bei Frauen stärker auf die körperliche Gesundheit auswirken als bei Männern.



Was sollte man tun, wenn der Verdacht auf einen Infarkt besteht?

Der Herzinfarkt ist ein medizinischer Notfall. Suchen Sie so schnell wie möglich einen Arzt auf. Erstmaßnahmen wie Medikamente oder invasive Verfahren wie die Ballondilatation oder das Einsetzen eines sogenannten Stents sind heute Routine. Wird das Herz mehr als sechs Stunden nicht mit Blut versorgt, kann es sich nachträglich nicht mehr regenerieren. Es verliert an Leistungsfähigkeit. Je schneller das betroffene Gefäß aufgedehnt wird, desto besser. Das Herz kann dann auch nahezu vollständig heilen.



Wie kann man vorsorgen?

Für Frauen wie Männer gilt: Eine gesunde Lebensweise, bestehend aus gesunder Ernährung, ausreichend Bewegung, wenig Stress und Nikotinverzicht sind das Wichtigste. Risikopatienten sollten ihr Herz außerdem regelmäßig kontrollieren lassen.

Kardiologische Kliniken in der MediClin

MediClin Herzzentrum Lahr / Baden

MediClin Herzzentrum Coswig

MediClin Albert Schweitzer Klinik, Königsfeld
Fachklinik für Herz-, Kreislauf- und Gefäßerkrankungen

MediClin Reha-Zentrum Gernsbach
Fachklinik für Innere Medizin und Kardiologie

MediClin Reha-Zentrum Spreewald, Burg
Fachklinik für Innere Medizin, Kardiologie, Diabetologie und Angiologie

MediClin Dünenwald Klinik, Ostseebad Trassenheide
Fachklinik für Innere Medizin, Kardiologie, Pneumologie und Stoffwechselerkrankungen

MediClin Fachklinik Rhein / Ruhr, Essen-Kettwig
Fachklinik für Innere Medizin und Kardiologie

MediClin Klinik am Brunnenberg, Bad Elster
Fachklinik für Kardiologie

MediClin Reha-Zentrum Bad Dübén
Fachklinik für Kardiologie

MediClin Klinik am Rennsteig, Tabarz
Fachklinik für Innere Medizin, Kardiologie und Diabetologie