

Zusammenfassung des Vortrags von
Dr. med. Wolfgang Streit
aus Bad Liebenzell im Rahmen des Gesundheitsforums der
Innungskrankenkasse Calw / Kreishandwerkskammer

am 18.10.2000 im Kurhaus in Bad Liebenzell.

Im letzten Vortrag des Nachmittags ging es um die verbreiteten Herz- und Kreislauf-Erkrankungen und um die besonderen Risiken, denen Frauen dabei ausgesetzt sind.

Dr. med. Wolfgang Streit aus Bad Liebenzell stellte zunächst die Funktion und die Leistung des Herzens dar – eines nur faustgroßen Organs, das bei jedem Erwachsenen etwa einhunderttausend Mal pro Tag schlägt und dabei im Laufe eines Menschenlebens eine kaum vorstellbare Leistung vollbringt.

Das Herz ist nicht nur eine simple Pumpe, sondern kann auch als feines Wahrnehmungsorgan angesehen werden, das sofort und meist spürbar auf die Umgebung reagiert, sowohl auf körperliche Anforderungen als auch auf seelische Stimmungsschwankungen.

Bei Frauen sieht das anders aus als bei Männern. Sowohl die Betroffenen selber wie auch ihre Angehörigen und zum Teil auch die hinzugezogenen Ärzte denken womöglich gar nicht an eine Infarkt.

Bei Frauen entwickelt sich das Beschwerdebild langsam über Monate diffus und uncharakteristisch. Rückblickend kam es häufiger zu einem allgemeinen Engegefühl in der Brust oder Unwohlsein im Bauch, was zunächst an Magen oder ausstrahlende Schmerzen von der Wirbelsäule denken läßt.

Andere klagen über Nacken- oder Schulterschmerzen, anhaltende Müdigkeit und Erschöpfung, Übelkeit oder Erbrechen. Nächtliche Atemnot kommt vor, also ohne körperliche Belastung wie typischerweise bei der Angina pectoris. Andere Frauen berichten über ein Herzstolpern, gelegentliche Benommenheit oder Schwindel und womöglich über einen kurzen Bewußtseinsverlust. Bei all diesen Beschwerden kann eine akute Mangelversorgung des Herzmuskels vorliegen, die abgeklärt werden sollte.

Allerdings sind auch die gängigen Untersuchungsmethoden wie das EKG und das Belastungs-EKG bei Frauen nicht so aussagefähig wie bei Männern.

Das bedeutet, daß sich Frauen über ihre möglichen Risikofaktoren eingehend informieren müssen und diese nach Möglichkeit ausschalten.

Bevor Dr. Streit darauf einging kam eine Patientin zu Wort, die vor kurzem einen Herzinfarkt durchgemacht hatte. In eindringlichen und klaren Worten schilderte Sie ihre Beschwerden, die sie als bedrohlich erlebt hatte. Doch fühlte sie sich dabei wie unter Schock und hätte kaum den Arzt verständigt, wenn nicht ihr Mann im Hause gewesen wäre und sofort entsprechend gehandelt hätte. Die Patientin berichtete, daß auch im Krankenhaus die Blutergebnisse und die EKGs nicht eindeutig waren. Ihr Glück war, daß dennoch ein Herzkatheter durchgeführt wurde, der den Infarkt nachwies. Nach Erweiterung der Verengung des betroffenen Herzkranzgefäßes und der Einführung einer Gefäßprothese („stent“) war sie rasch beschwerdefrei. In der nachfolgenden Rehabilitation hat sie wieder ihre alte Sicherheit zurückgewinnen können. Heute ginge es ihr, so sagte sie, wieder gut. Die anwesenden Frauen waren von diesem Bericht sichtbar berührt und wurden von der Patientin ermutigt, ihre Beschwerden ernst zu nehmen und gegebenenfalls auch vor einem Herzkatheter nicht zurückzuschrecken.

Dr. Streit ging auf diesen plastischen Krankheitsbericht ein und erläuterte die Risikofaktoren wie Rauchen, hohe Cholesterinwerte, Übergewicht, hoher Blutdruck und Diabetes (Zuckerkrankheit) oder Infarkte bei nahen Verwandten. Hinzu kommen Bewegungsmangel und bei Frauen das Klimakterium: wenn die Eierstöcke ihre Funktion einstellen steigt das Infarktisiko für Frauen rasant an. Aber auch die vielfältigen alltäglichen, beruflichen und vielleicht partnerschaftlichen Belastungen und der damit verbundene Streß erhöht das Risiko wie auch Wut, Ärger oder Depressionen.

Die Risikofaktoren wurden von Dr. Streit aber nicht allein als Angstmacher aufgeführt. Ihm war es ein Anliegen, auch umgekehrt herum zu fragen: nicht nur was das Herz schädigt, sondern was das Herz braucht, was es stützt und schützt.

Dazu gehört dann nicht nur das Abschalten von Risiken und vielleicht die Ernährungsumstellung, sondern ein herzlicher, liebevollerer Umgang mit sich selbst.

Den vollgestopften Terminkalender entspannen (Infarkt leitet sich ab vom lateinischen Wort *infarcire* = verstopfen), sich Ruhe und etwas schönes gönnen, einen Freundeskreis pflegen, in dem

auch herzlich gelacht wird gehören ebenso zur Gesundheitspflege und zur Infarktvorbeugung wie niedrige Blutdruck - und Cholesterinwerte.