

DEUTSCHER HERZBERICHT

4 FRAGEN AN

Das Herz – Frauen sind Problempatienten

Herz-Kreislauf-Erkrankungen sind in Deutschland die häufigste Todesursache – vor Krebs. Es ist ein Irrglaube, dass mehr Männer an Herzkrankheiten sterben als Frauen. Sie werden auch seltener auf Herzprobleme untersucht, heißt es im neuen Herzbericht.

VON ANDREAS BEEZ
UND ULRIKE VON LESZCZYNSKI

Berlin/München – Diagnosen, Statistiken und Analysen auf 240 Seiten: Der Deutsche Herzbericht ist die dickste Krankenakte der Republik – jedenfalls wenn es um Störungen im „menschlichen Maschinenraum“ geht. Mehr als 1,6 Millionen Bundesbürger, darunter etwa 237 000 Bayern, sind 2015 mit Herzproblemen in Kliniken eingeliefert worden – erneut ein Anstieg gegenüber dem Vorjahr. Etwa 208 000 Patienten starben an Herzerkrankungen, allein im Freistaat waren es knapp 31 000 – etwas weniger als im Vorjahr. Auffällig: Es verloren wesentlich mehr Frauen als Männer ihr Leben. Die starken Sterblichkeits-Unterschiede zwischen den Geschlechtern müssten nun genauer untersucht werden, erläuterte Professor Thomas Meinertz, Vorstandsvorsitzender der Deutschen



Fast 40 Prozent aller Todesfälle in Deutschland haben eine Herz-Kreislauf-Erkrankung als Ursache.

FOTO: PANTERMEDIA

Herzstiftung (siehe auch Interview rechts). Gesichert sei, dass Frauen durchschnittlich sieben bis zehn Jahre später an Herzleiden erkranken als Männer. Da Herzprobleme überwiegend eine Krankheit des Alters sind – ab 60 geht es oft richtig los – ist allein das Alter bereits ein höheres Risiko. Dazu kommen hormonelle Unterschiede zwischen Männern und Frauen, eine unterschiedliche Anatomie der kleinen Herzkranzgefäße. Aber auch die Psychologie.

Tipps für ein gesundes Herz

Das Herz braucht Bewegung. Sport senkt die Blutfettwerte und erweitert die Gefäße. Die Herzstiftung rät deshalb dazu, **mindestens zwei bis drei Mal** die Woche Sport zu treiben. „Es reicht aber nicht, nur zum Yoga zu gehen“, sagt Prof. Thomas Meinertz. „Wichtig fürs Herz ist Ausdauersport“. **Sinnvoll seien Joggen, Rad fahren oder auch Walken.** Gut für das Herz ist die sogenannte Mittelmeerernährung. Damit sind aber nicht haufenweise Nudeln gemeint, sondern viel Gemüse, Obst und eher Fisch als Fleisch, Olivenöl statt Butter. **Übergewichtige haben ein deutlich höheres Risiko**, eine Herz-Kreislauf-Erkrankung zu entwickeln. Das gilt besonders für Menschen mit viel Bauchfett. Blutdruck, Cholesterin- und Blutzuckerwerte sollten regelmäßig überprüft werden. dpa

„Viele Frauen glauben, dass sie nicht herzkrank werden“, sagt Hugo Katus, Präsident der Gesellschaft für Kardiologie, die den Bericht mit der Herzstiftung herausgibt. Die Sorge vor Brustkrebs sei viel größer. „Es erkranken aber zehn Mal mehr Frauen an Herz- und Gefäßkrankheiten als an Brustkrebs“, erläutert er. „Da müssen wir das Bewusstsein schärfen.“

Der Bericht schlüsselt genau auf, welche Herzerkrankungen den Patienten zu

schaffen machen – auch im Bundesländervergleich. So zeigt sich, dass 2015 über 30 000 Bayern einen Herzinfarkt erlitten haben. Das sind vergleichsweise wenige – jedenfalls gemessen an der Einwohnerzahl. Dagegen starben in Ostdeutschland überdurchschnittlich viele Menschen an einem Herzinfarkt (siehe Tabelle). Insgesamt ist die Infarktsterblichkeit aber weiter gesunken. Prof. Meinertz: „Grund für diese erfreuliche Entwicklung können verbesserte Abläufe im Rettungssystem und in den Kliniken sowie mehr Wissen über die Herzinfarkt-Symptome sein.“

Das häufigste Herzleiden ist die Koronare Herzkrankheit – also Erkrankungen der Herzkranzgefäße, die von Medizinern auch als ischämische Herzkrankheiten zusammengefasst werden. Über 657 000 Patienten kamen 2015 wegen einer Koronaren Herzkrankheit in eine Klinik (über 91 000 in Bayern). Der Anteil der Männer war mehr als doppelt so hoch wie bei Frauen. Auch die Fälle von Herzrhythmusstörungen und Herzklappenerkrankungen, Herzschwäche und angeborenen Herzfehlern haben zugenommen.

Kostenloser Selbsttest

Die Deutsche Herzstiftung bietet unter auf ihrer Internetseite einen Selbsttest zur Einschätzung des persönlichen Herzinfarkt-Risikos an.



Prof. Thorsten Lewalter

„Frauen spielen Beschwerden eher herunter“

Bei Herzleiden gibt es große Unterschiede zwischen Mann und Frau. Professor Thorsten Lewalter, Chefarzt im „Peter-Opypka-Herzzentrum der Kliniken Dr. Müller“, erklärt die Gründe.

Wesentlich weniger Klinikaufenthalte, aber deutlich mehr Todesfälle – wenn Frauen Herzprobleme bekommen, dann enden diese öfter dramatisch als bei Männern. Haben Sie eine Erklärung dafür?

Dieses Phänomen beschäftigt uns Herzspezialisten bereits seit einigen Jahren. Um das genauer erklären zu können, bedarf es noch weiterer wissenschaftlicher Analysen. Aber in unserer täglichen Praxis gibt es immer wieder Anhaltspunkte, die Rückschlüsse auf die Unterschiede bei den Geschlechtern zulassen: Zum einen stellen herzkranke Frauen ihre Beschwerden oft anders dar als Männer, und zum anderen werden bestimmte Symptome der Patientinnen manchmal unterschätzt – auch von Ärzten.

Frauen leiden also anders als Männer?

In vielen Fällen ist das tatsächlich so. Während Männer bei Herzerkrankungen, beispielsweise bei einem akuten Infarkt, meistens über Brustschmerzen und Atemnot klagen, berichten Frauen häufig über Bauchschmerzen, Übelkeit oder Erbrechen, Müdigkeit, Schwindel und einem allgemeinen Schwächegefühl. Viele Frauen spielen ihre Beschwerden eher etwas herunter und denken schon gar nicht an ein ernstes Herzleiden.

Aber müsste ein Arzt solche klassischen „weiblichen Symptome“ nicht als Alarmzeichen erkennen?

Das geschieht ja auch häufig. Gerade in München haben wir sehr viele sehr gut ausgebildete Haus- und Fachärzte. Trotzdem hält sich hartnäckig ein veraltetes Rollenbild, das ab und zu die Diagnose erschwert – leider manchmal mit fatalen Folgen.

Wie sieht dieses Rollenbild aus?

Bei einem Herzinfarkt denken viele Ärzte noch immer eher an einen rauchenden Mann mit einem stressigen Job, der bei der Untersuchung spürbar unter Strom steht. Dabei kann eine zurückhaltende Frau, die auf den ersten Blick nur etwas abgeschlagen wirkt, mindestens genauso gefährdet sein. Zumal viele Frauen heute mehr ungesunden Stress haben als viele Männer, beispielsweise durch eine Doppelbelastung aus Beruf und Familie.

Interview: Andreas Beez

Klinikaufenthalte wegen verschiedener Herzleiden

Bezeichnung	Fälle	davon männlich	davon weiblich
Angina pectoris	241.875	156.411	85.464
Akuter Myokardinfarkt	219.217	145.198	74.019
Rezidivierender Myokardinfarkt	389	256	133
Best. akute Komplikationen n. akutem Myokardinfarkt	178	111	67
Sonstige akute ischämische Herzkrankheit	1.601	976	625
Chronische ischämische Herzkrankheit	194.557	142.286	52.271
Ischämische Herzkrankheiten	657.817	445.238	212.579
Rheumatische Mitralklappenkrankheiten	766	247	519
Rheumatische Aortenklappenkrankheiten	296	165	131
Rheumatische Trikuspidalklappenkrankheiten	406	168	238
Krankheiten mehrerer Herzklappen	3.224	1.611	1.613
Sonstige rheumatische Herzkrankheiten	38	15	23
Nicht-rheumatische Mitralklappenkrankheiten	20.314	11.328	8.986
Nicht-rheumatische Aortenklappenkrankheiten	64.490	35.424	29.066
Nicht-rheumatische Trikuspidalklappenkrankheiten	1.128	438	690
Pulmonalklappenkrankheiten	422	224	198
Endokarditis, Herzklappe nicht näher bezeichnet	1.120	745	375
Endokarditis und Herzklappenkrankheiten bei anderenorts klassifizierten Krankheiten	0	0	0
Herzklappenkrankheiten	92.204	50.365	41.839
Atrioventrikulärer Block und Linksschenkelblock	30.646	18.619	12.027
Sonstige kardiale Erregungsleitungsstörungen	7.009	4.061	2.948
Herzstillstand	7.162	4.449	2.713
Paroxysmale Tachykardie	63.385	32.512	30.873
Vorhofflattern und Vorhofflimmern	298.271	156.754	141.517
Sonstige kardiale Arrhythmien	53.374	27.608	25.766
Herzrhythmusstörungen	459.847	244.003	215.844
Herzinsuffizienz	444.632	219.476	225.156
Angeborene Fehlbildungen der Herzhöhlen und verbindender Strukturen	1.758	1.117	641
Angeborene Fehlbildungen der Herzsepten	8.475	4.106	4.369
Angeborene Fehlbildungen der Pulmonal- und der Trikuspidalklappe	1.342	704	638
Angeborene Fehlbildungen der Aorten- und der Mitralklappe	2.889	2.059	830
Sonstige angeborene Fehlbildungen des Herzens	736	406	330
Angeborene Fehlbildungen der großen Arterien	2.851	1.566	1.285
Angeborene Fehlbildungen der großen Venen	403	211	192
Sonstige angeb. Fehlb. des peripheren Gefäßsystems	1.873	795	1.081
Sonstige angeb. Fehlbildungen des Kreislaufsystems	2.273	1.182	1.091
Angeborene Fehlbildungen	22.603	12.146	10.457
Ausgewählte Diagnosen	1.677.103	971.228	705.875

Quelle: 28. Deutscher Herzbericht

„Mir war plötzlich schwindlig“ – eine Patientin erzählt

Herz-Patientin Cornelia Petra Heim, 62, Filmarchitektin aus München, schildert ihre Krankheitsgeschichte der tz: „Die ersten Symptome traten vor zwei Jahren auf. Da wurde mir ab und an schwindlig. Vor einem Dreivierteljahr wurde es immer schlimmer. Mir war plötzlich schwindlig oder ich war nach einer kleinen Belastung, zum Beispiel beim Treppensteigen, total erschöpft. Außerdem spürte ich mein Herz ab und an unruhig schlagen. Zunächst hat mir mein Arzt Medikamente (Betablocker und Blutverdünner) gegeben. Dann wurde ich ins Peter-Opypka-Herzzentrum der Kliniken Dr. Müller überwiesen. Am Dienstag fand die Laser-Ablation statt, bei der die Nervenzellen, die das Vorhofflimmern auslösen, stillgelegt werden. Jetzt geht es mir wieder gut.“ FOTO: FKN



Ländervergleich: Sterbefälle nach verschiedenen Herzerkrankungen

Land	ischämische Herzkrankheiten		davon: akuter Myokardinfarkt		Herzklappenkrankheiten		Herzrhythmusstörungen		Herzinsuffizienz	
	Fallzahl	Pro 100 000 Einw.	Fallzahl	Pro 100 000 Einw.	Fallzahl	Pro 100 000 Einw.	Fallzahl	Pro 100 000 Einw.	Fallzahl	Pro 100 000 Einw.
Baden-Württemberg	13.894	130	5.908	55	2.124	20	3.219	30	4.256	40
Bayern	17.539	138	6.997	55	2.850	22	4.109	32	6.108	48
Berlin	3.545	102	1.465	42	365	11	638	18	1.324	38
Brandenburg	4.882	199	2.330	95	391	16	823	33	1.298	53
Bremen	946	143	482	73	82	12	334	50	666	101
Hamburg	2.151	122	840	48	319	18	415	24	657	37
Hessen	8.935	147	3.290	54	1.258	21	1.989	33	2.623	43
Mecklenburg-Vorp.	3.419	214	1.250	78	343	21	522	33	664	42
Niedersachsen	13.485	172	4.960	63	1.448	19	2.570	33	4.848	62
Nordrhein-Westfalen	20.427	116	9.100	52	3.301	19	5.103	29	13.396	76
Rheinland-Pfalz	6.625	165	2.545	63	1.048	26	1.396	35	1.806	45
Saarland	2.113	214	701	71	226	23	227	23	300	30
Sachsen	9.438	233	3.370	83	847	21	1.417	35	1.939	48
Sachsen-Anhalt	5.779	259	2.179	97	473	21	913	41	1.573	70
Schleswig-Holstein	3.697	131	1.060	37	599	21	1.085	38	1.498	53
Thüringen	4.291	199	1.704	79	390	18	1.014	47	1.595	74
Deutschland	121.166	149	48.181	59	16.064	20	25.774	32	44.551	55