

## Einsamkeit schlecht für die Herzgesundheit

**Datum:** 17.04.2023

**Original Titel:**

Effects of Objective and Perceived Social Isolation on Cardiovascular and Brain Health: A Scientific Statement From the American Heart Association

### Kurz & fundiert

- Soziale Isolation und Einsamkeit schlecht für das Herz und das Gehirn?
- Systematischer Scoping-Review
- Einsamkeit mit schlechteren Verläufen bei koronarer Herzkrankheit und Schlaganfall assoziiert
- Studien zu Interventionen zur Verbesserung der Herz-Kreislauf- und Gehirngesundheit erforderlich
- Auswirkungen von sozialer Isolation auf die Herzgesundheit unterschätzt

**MedWiss – Soziale Isolation und Einsamkeit (selbst wahrgenommene Isolation) sind mit negativen gesundheitlichen Folgen verbunden, so das Fazit eines aktuellen Scoping-Reviews.**

---

Ein aktueller Überblicksartikel hat die Auswirkungen sozialer Isolation und Einsamkeit auf die kardiovaskuläre Gesundheit sowie die Hirngesundheit untersucht. Im Rahmen eines systematischen Scoping-Reviews wurden die Datenbanken PubMed, PsycInfo, Cumulative Index of Nursing and Allied Health und Scopus nach relevanten Artikeln durchsucht.

### **Einsamkeit mit koronarer Herzkrankheit und Schlaganfallmortalität assoziiert**

Besonders überzeugend ist die Evidenz laut der Autoren für einen Zusammenhang zwischen sozialer Isolation oder Einsamkeit mit erhöhtem Risiko für schlechtere Verläufe bei bestehender koronarer Herzkrankheit und einem Schlaganfall. Allerdings ermöglichen die bisherigen Studien keine Aussagen über die Ursachen oder Mechanismen, die den Assoziationen zugrundeliegen. Zum Zusammenhang zwischen sozialer Isolation und Einsamkeit mit Herzinsuffizienz, Demenz und kognitivem Abbau gibt es weniger Daten, zudem sind ist die Evidenz hierzu weniger robust. Interventionsstudien zur Verringerung der negativen Auswirkungen von sozialer Isolation und Einsamkeit konnten die Autoren darüber hinaus nicht finden.

### **Gesundheitliche Folgen von Einsamkeit abmildern**

Soziale Isolation und Einsamkeit sind weit verbreitet und scheinen unabhängige Risikofaktoren für eine schlechtere Herz- und Gehirngesundheit zu sein. Jedoch zeigte sich kein einheitliches Bild in

der Datenlage. Es besteht laut der Autoren ein dringender Bedarf an der Entwicklung, Umsetzung und Erprobung von Interventionen zur Verbesserung der Herz-Kreislauf- und Gehirngesundheit von Menschen, die sozial isoliert oder einsam sind. Insbesondere während der COVID-19-Pandemie, so ein weiteres Fazit, wurde der Einfluss der Isolationsmaßnahmen auf die Herzgesundheit unterschätzt.

**Referenzen:**

Cené CW, Beckie TM, Sims M, Suglia SF, Aggarwal B, Moise N, Jiménez MC, Gaye B, McCullough LD; American Heart Association Social Determinants of Health Committee of the Council on Epidemiology and Prevention and Council on Quality of Care and Outcomes Research; Prevention Science Committee of the Council on Epidemiology and Prevention and Council on Cardiovascular and Stroke Nursing; Council on Arteriosclerosis, Thrombosis and Vascular Biology; and Stroke Council. Effects of Objective and Perceived Social Isolation on Cardiovascular and Brain Health: A Scientific Statement From the American Heart Association. *J Am Heart Assoc.* 2022 Aug 16;11(16):e026493. doi: 10.1161/JAHA.122.026493. Epub 2022 Aug 4. PMID: 35924775; PMCID: PMC9496293.