

Festtagsstress: Bei Herzinfarkt-Verdacht keine Scheu vor Notruf 112

Festtage wie Heiligabend und Neujahr sind für viele Menschen eine Zeit der Besinnlichkeit und der Erholung vom Alltagsstress. Dass das nicht unbedingt für alle Menschen zutrifft und es an Weihnachten sogar vermehrt zu Herz-Kreislauf-Komplikationen wie Herzinfarkt kommen kann, darauf deuten Ergebnisse einer schwedischen Studie von 2018 – gestützt auf Registerdaten von über 283.000 Klinikaufnahmen wegen Herzinfarkts – hin (Mohammad MA et al., BMJ 2018). „Die Ergebnisse lassen auf ein erhöhtes Herzinfarkttrisiko an Heiligabend und an Neujahr besonders bei Menschen, die über 75 oder bereits chronisch krank sind, schließen“, betont der Kardiologe Prof. Dr. med. Thomas Voigtländer, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der Deutschen Herzstiftung. Besonders anfällig sind dieser Studie zufolge Patienten mit Risikofaktoren wie beispielsweise Diabetes und koronarer Herzkrankheit, weil sie auf externe Auslöser (Trigger) für einen Infarkt wie Stress reagieren. An solchen Festtagen können unter anderem aufgrund der Anstrengungen für das Gelingen des Festes oder aufkommender familiärer Konflikte vermehrt Stresshormone ausgeschüttet werden.

Lebensgefährliches Zögern vor dem Notruf 112 bei Brustschmerzen

Notfallmediziner nehmen das Problem des Zögerns vor dem Notruf 112 an Heiligabend, den Feiertagen um Weihnachten und Neujahr sowie an den Wochenenden sehr ernst: Bei neu auftretenden unangenehmen Brustschmerzen, die länger als fünf Minuten andauern, denken Betroffene und ihre Angehörigen oft nicht an einen Herzinfarkt (www.herzstiftung.de/Anzeichen-Herzinfarkt.html) und trauen sich wegen der Feiertage nicht, mit der Notrufnummer 112 den Rettungsdienst zu alarmieren. Stattdessen warten sie stunden- oder tagelang ab, ob die Beschwerden wieder von allein verschwinden. „Zögern Patienten bei Herzinfarkt oder akuten Brustschmerzen zu lange mit dem Notruf 112, riskieren sie ihr Leben: Der Herzinfarkt kann jederzeit in Herzkammerflimmern übergehen und der Patient in wenigen Minuten am plötzlichen Herztod versterben.“ Ebenso kann durch den Infarkt ein größerer Teil des Herzmuskels irreparabel zerstört werden und der Patient entwickelt dadurch akut oder auch langfristig eine Herzschwäche. „Beim Herzinfarkt zählt deshalb jede Minute nach dem Prinzip: Zeit ist Herzmuskel“, betont der Ärztliche Direktor des Agaplesion Bethanien-Krankenhauses und Kardiologe am Cardioangiologischen Centrum Bethanien (CCB) Frankfurt am Main. Der Herzinfarkt zählt zu den häufigsten Todesursachen in Deutschland mit rund 47.000 Sterbefällen pro Jahr. Fast jeder vierte Herzinfarktpatient stirbt vor Erreichen des Krankenhauses.

Wichtig: Rettungsdienstleitstellen, Herznotfallambulanzen (Chest Pain Units/CPUs) und Notaufnahmen der Kliniken stehen auch an Feiertagen, in der Zeit zwischen den Jahren wie auch am Wochenende oder nachts rund um die Uhr bereit. „Deswegen besteht überhaupt kein Grund zur Scheu vor der 112“, versichert Voigtländer. Vor diesem Hintergrund bietet die Herzstiftung ein kostenfreies Notfallset mit dem Ratgeber „Was tun im Notfall?“ (14 S.) und zwei Notfallkärtchen fürs Portemonnaie mit Darstellungen der Herzinfarkt-Alarmzeichen und Erläuterungen zur Laien-Reanimation an. Bestellung unter Tel. 069 955128400 oder unter www.herzstiftung.de/herznotfall-set.html

Infarktverdacht deutlich äußern

Wer die 112 ruft, sollte den Verdacht auf Herzinfarkt deutlich äußern, damit ein Rettungswagen mit

Notarzt geschickt wird. Die infarkttypischen Alarmzeichen sind: Schwere, länger als fünf Minuten anhaltende Schmerzen überwiegend im Brustkorb, häufig auch ausschließlich hinter dem Brustbein, die in Arme, Schulterblätter, Hals, Kiefer und Oberbauch ausstrahlen können. Bisweilen auch nur im Rücken (zwischen den Schulterblättern) oder Oberbauch (Verwechslung mit „Magenschmerzen“ möglich). Die Schmerzen sind flächenhaft, nicht piekend, sondern sie werden als brennend, mit Engegefühl in der Brust und drückend beschrieben. Schweißausbruch, Übelkeit und Atemnot sind häufige Begleiterscheinungen.

Achtung: Der Umweg über den Hausarzt oder den Ärztlichen Bereitschaftsdienst mit der Rufnummer 116 117 („Notdienstnummer“) kann bei Herzinfarkt gefährlich sein, weil ein Hausarzt und der Ärztliche Bereitschaftsdienst hier nichts anderes tun können als den Notarzt (112) zu rufen.

Warum die 112 bei Herzinfarkt?

Beim Herzinfarkt wird ein Herzkranzgefäß durch ein Gerinnsel (Thrombus) verschlossen, sodass ein Teil des Herzmuskels von der Sauerstoffzufuhr abgeschnitten ist. In dieser Gefahrensituation ist sofort der Rettungsdienst (112) anzurufen, weil der Herzinfarkt jederzeit eine bösartige Herzrhythmusstörung (Kammerflimmern) auslösen kann, die in wenigen Minuten zum Tod führt, wenn nicht sofort reanimiert wird. Nur der Rettungsdienst kann das Kammerflimmern mit dem Elektroschock eines Defibrillators beseitigen und so den Patienten vor dem plötzlichen Herztod schützen. Jede Minute zählt jedoch auch, wenn ein Herzinfarkt nicht in Herzkammerflimmern übergeht. Dazu Kardiologe Prof. Voigtländer: „Je eher der Infarktpatient die Klinik erreicht, wo das verstopfte Herzkranzgefäß per Katheter wiedereröffnet wird, umso mehr Herzmuskel und Pumpkraft des Herzens können wir erhalten: Mehr Pumpkraft bedeutet mehr Lebensqualität für den Patienten.“

Tipp: Ein Notfallset mit dem Ratgeber „Was tun im Notfall?“ (14 S.) und 2 Notfallkärtchen fürs Portemonnaie mit Darstellungen der Herzinfarkt-Alarmzeichen und Erläuterungen zur Laien-Reanimation bietet die Herzstiftung kostenfrei unter Tel. 069 955128400 oder unter www.herzstiftung.de/herznotfall-set.html an.

Die Herzinfarkt-Alarmzeichen unter: www.herzstiftung.de/Anzeichen-Herzinfarkt.html

* Mohammad MA et al., Christmas, national holidays, sport events, and time factors as triggers of acute myocardial infarction: SWEDHEART observational study 1998-2013
BMJ 2018;363:k4811 doi: doi.org/10.1136/bmj.k4811