

Herzinfarkt bei Frauen: Bauchschmerzen können ein Warnzeichen sein

Herzexpertin: Bei diesen Herzinfarkt-Symptomen sollten Frauen aufmerksam sein

(Frankfurt a. M., 6. März 2019) Laut Statistischem Bundesamt sind Herz-Kreislauf-Erkrankungen in Deutschland nach wie vor die führende Todesursache bei Frauen. Im Jahr 2016 verstarben 185.867 Frauen an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung, davon 20.539 an einem Herzinfarkt (Myokardinfarkt). „Viele Herzinfarkt-Todesfälle bei Frauen ließen sich vermeiden, würden die Herzinfarkt-Symptome richtig gedeutet - und so wertvolle Zeit gewonnen“, sagt Prof. Dr. med. Christiane Tiefenbacher vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung und Chefärztin der Kardiologie am Marien-Hospital Wesel.

Für Frauen wie für Männer gilt: Zögern sie bei Herzinfarkt oder akuten Brustschmerzen zu lange mit dem Notruf 112, riskieren sie ihr Leben (www.herzstiftung.de/Anzeichen-Herzinfarkt.html). In dieser Verzögerung liegt die Gefahr, dass der Patient plötzlich Herzkammerflimmern bekommt, ohnmächtig wird und in wenigen Minuten am Plötzlichen Herztod versterben kann. 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.

Frauen rufen später den Notarzt als Männer

Bei über 65-jährigen Frauen vergehen bis zu viereinhalb Stunden, bis sie in der Notaufnahme sind. Bei jüngeren Frauen dauert es durchschnittlich zweieinhalb Stunden. Im Vergleich: Bei über 65-jährigen Männern sind es rund dreieinhalb Stunden, bei jüngeren Männern gut drei Stunden, wie die von der Deutschen Herzstiftung geförderte „MEDEA-Studie“ des Deutschen Zentrums für Herz-Kreislauf-Forschung (DZHK) in Kooperation mit dem HelmholtzZentrum München und der Technischen Universität München zeigt.*

Herzinfarkt-Symptome: „Vernichtungsschmerz“ fehlt bei älteren Frauen oft

Es gibt mehrere Ursachen für diese enorme Verzögerungszeit bei Frauen. Zum einen leben ältere Frauen oft alleine und haben im Notfall niemanden, der ihnen bei einem Herzinfarkt Hilfe holt. Zum anderen erkennen sie den Herzinfarkt häufig nicht als solchen. Die Herzinfarkt-Symptome sind vor allem bei älteren Frauen oft unspezifisch. Bei ihnen tritt seltener ein starker Schmerz im Brustkorb (Vernichtungsschmerz) auf. „Das Fehlen von Brustschmerzen ist ein Alterseffekt, der auch bei Männern zu finden ist. Je älter die Herzinfarkt-Betroffenen sind, desto weniger Brustschmerz nehmen sie wahr. Ältere Herzinfarkt-Patientinnen empfinden häufiger eher ein Druck- oder Engegefühl in der Brust“, erklärt Prof. Tiefenbacher. Begleitet ist dieses häufig von Oberbauchbeschwerden, Übelkeit, Erbrechen, Schweißausbruch, Rückenschmerzen, Kurzatmigkeit und Müdigkeit.

Schmerzen im Oberbauch: Frauen vermuten oftmals eine Magenverstimmung

Da die Beschwerden in der Brust bei älteren Frauen weniger intensiv ausgeprägt sind, rücken die unspezifischen Herzinfarkt-Symptome wie Bauchschmerzen, Übelkeit und Erbrechen in den Vordergrund. „Diese werden von den betroffenen Frauen nicht selten fälschlicherweise als harmlose Magenverstimmung gedeutet. Der lebensrettende Anruf bei der Rettungsstelle bleibt dann aus - oder findet erst verspätet statt“, weiß Prof. Tiefenbacher. Die Kardiologin rät Frauen, bei Verdacht

auf einen Herzinfarkt sofort den Rettungsdienst unter der 112 zu rufen. Ältere Frauen haben zudem die Möglichkeit, sich einem Hausnotrufsystem anzuschließen, wie es der Malteser Hilfsdienst, die Johanniter, der Arbeiter-Samariter-Bund, das Deutsche Rote Kreuz und andere anbieten.

Diabetes und Bluthochdruck erhöhen Herzinfarkt-Risiko bei Frauen

Die meisten Frauen erleiden einen Herzinfarkt etwa zehn Jahre nach der Menopause. Bis zu den Wechseljahren sind die Herzkranzgefäße durch die Geschlechtshormone (Östrogene) relativ gut geschützt. Jedoch können auch Frauen im Alter zwischen 40 und 50 Jahren gefährdet sein, besonders wenn sie rauchen. Neben Rauchen gehören Diabetes, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck, Übergewicht, Bewegungsmangel und Stress zu den Risikofaktoren für einen Herzinfarkt. Die genannten Einflussgrößen begünstigen die Koronare Herzkrankheit (KHK).

Koronare Herzkrankheit geht Herzinfarkt voraus

Bei der Koronaren Herzkrankheit handelt es sich um eine Herzkranzgefäßerkrankung, bei der sich die Herzkranzgefäße verengen, die das Herz mit Blut versorgen. Verstopfen die Ablagerungen aus Fett und Kalk (Plaques) ein Gefäß komplett, ist ein Herzinfarkt die Folge. Die KHK geht dem Herzinfarkt fast immer voraus. „Der beste Schutz vor dem Herzinfarkt ist und bleibt ein gesunder Lebensstil“, betont Prof. Tiefenbacher. „Darüber hinaus sollten Frauen regelmäßig ihr Herz checken lassen und die dafür vorgesehenen Vorsorgeuntersuchungen wahrnehmen. Wird die Koronare Herzkrankheit frühzeitig erkannt und behandelt, kann einem Herzinfarkt vorgebeugt werden.“

Anzeichen: Herzinfarkt

Der Herzinfarkt lässt sich durch folgende typische Alarmzeichen erkennen:

- Was: Schmerzen, die länger als fünf Minuten anhalten.
- Wo: im Brustkorb, häufig hinter dem Brustbein. Manchmal auch nur im Rücken (zwischen den Schulterblättern) oder Oberbauch (Verwechslung mit „Magenschmerzen“ möglich). Die Schmerzen können in die Arme, den Hals oder den Oberbauch ausstrahlen.
- Wie: Die Schmerzen sind flächenhaft und werden als brennend und drückend mit Engegefühl in der Brust beschrieben.

Tipp: Was Frauen über ihr Herz wissen sollten, erläutert der aktualisierte Sonderdruck der Deutschen Herzstiftung „Was ist bei Frauen anders? Koronare Herzkrankheit“. Dieser kann kostenfrei telefonisch unter 069 955128-400 oder per E-Mail bestellung@herzstiftung.de (Stichwort: Frauen und Herzinfarkt) angefordert werden. Das eigene Herzinfarkttrisiko können Interessierte mit dem Onlinetest „Herzinfarkt: Sind Sie gefährdet“ der Deutschen Herzstiftung unter www.herzstiftung.de ermitteln. Einen Überblick über die Herzinfarkt-Symptome bietet der Link www.herzstiftung.de/Anzeichen-Herzinfarkt.html

* MEDEA-Studie: Comparison of Delay Times Between Symptom Onset of an Acute ST-elevation Myocardial Infarction and Hospital Arrival in Men and Women <65 Years Versus 65 Years of Age.: Findings From the Multicenter Munich Examination of Delay in Patients Experiencing Acute Myocardial Infarction (MEDEA) Study. Ladwig KH, Fang X, Wolf K, Hoschar S, Albarqouni L, Ronel J, Meinertz T, Spieler D, Laugwitz KL, Schunkert H. Am J Cardiol. 2017 Dec 15;120(12):2128-2134. doi: 10.1016/j.amjcard.2017.09.005.