

Plötzlicher Herzstillstand: 65.000 Menschen pro Jahr in Deutschland betroffen

Pro Jahr erleiden etwa 65.000 Menschen in Deutschland einen plötzlichen Herzstillstand. Bei etwa 60.000 von ihnen verläuft er tödlich. Eine aktuelle Studie, die heute bei den Herztagen 2021 der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie präsentiert wurde, zeigt, dass die Suche nach den Ursachen vor allem bei jüngeren Personen schwierig sein kann.

Der unerwartete und plötzliche Herzstillstand des dänischen Fußballspielers Christian Eriksen bei der Fußball-Europameisterschaft hat weltweit für große Bestürzung gesorgt und mediales Interesse geweckt. Sein Schicksal ist kein Einzelfall, wie die DGK im Juni berichtete: deutschlandweit sind jährlich schätzungsweise 65.000 Menschen davon betroffen, auch jüngere, vermeintlich gesunde Menschen. „Neben der akuten hohen Sterblichkeit eines solchen Ereignisses sind die langfristigen Konsequenzen für das weitere Leben der Betroffenen nur schwer abschätzbar“, berichtet der Kardiologe PD Dr. Alexander Pott, unter dessen Leitung eine Studie der Uniklinik Ulm nach Gründen für plötzliche Herzstillstände geforscht hat. „Häufig stellt sich die Frage nach der Ursache des Herz-Kreislauf-Stillstandes und ob im Laufe des weiteren Lebens erneut ein plötzlicher Herztod droht.“ Besonders bei der Gruppe der jungen Betroffenen sind die Ursachen vielfältig und nicht leicht zu diagnostizieren. Neben Veränderungen des Herzmuskels und Herzmuskelentzündungen werden häufig solche Erkrankungen entdeckt, bei denen Veränderungen des Reizleitungssystems oder der Herzmuskelzellen zu einem instabilen Herzrhythmus und bösartigen Herzrhythmusstörungen führen können.

Herzerkrankungen bei jungen, bislang gesunden Menschen oft unerkannt

Bei Menschen, bei denen aufgrund eines erst kürzlich erlittenen Herzinfarktes oder einer neu diagnostizierten Herzschwäche ein erhöhtes Risiko für einen plötzlichen Herztod bekannt ist können Maßnahmen ergriffen werden wie die Implantation eines Defibrillators oder das vorübergehende Tragen einer Defibrillatorweste. Diese Diagnostik- und die Therapiemöglichkeiten greifen bei Menschen, die bislang keine Herzbeschwerden hatten, allerdings nicht. Sie werden nicht gezielt auf verborgene Herzfehler untersucht und sind sich ihres Risikos daher häufig nicht bewusst.

Doch selbst wenn Beschwerden auftreten, kann die Suche nach der Ursache schwierig sein. In der Studie des Uniklinikums Ulm wurden 150 unter 40-jährige Patient*innen untersucht, die zwischen 2000 und 2020 einen plötzlichen Herz-Kreislauf-Stillstand erleben mussten und dank schneller Hilfe überleben konnten. Bei 73 von ihnen war eine Erkrankung des Herzens für den Herz-Kreislauf-Stillstand verantwortlich. Welche genau dies war, blieb allerdings bei 17 von diesen Männern und Frauen auch nach ausgiebiger Untersuchungen unklar. Studienleiter PD Dr. Alexander Pott betont: „Eine strukturierte Aufarbeitung dieser Fälle ist sinnvoll und notwendig, um eine zielgerichtete Therapie zu etablieren und um den Betroffenen eine möglichst gute Einschätzung über die Wahrscheinlichkeit eines erneuten Ereignisses geben zu können.“ Besonders wichtig sind dabei regelmäßige kardiologische Untersuchungen und sofortige Vorstellung beim Kardiologen oder in der Notaufnahme, falls Beschwerden auftreten.

Rasches Handeln rettet Leben

Meist ist ein plötzlicher Herzstillstand Folge eines anhaltenden Kammerflimmerns, ein Zustand, bei dem sich die Herzkammern aufgrund ungeordneter elektrischer Erregungen immer wieder sehr schnell zusammenziehen und wieder lösen. Dadurch wird kein Blut mehr durch den Kreislauf gepumpt und die Betroffenen verlieren plötzlich das Bewusstsein. Die Überlebenschancen hängen wesentlich davon ab, wie schnell und gut erste Maßnahmen zur Wiederbelebung eingeleitet werden. Denn jede Minute, in die Person nach einem plötzlichen Herzstillstand nicht mittels Herzdruckmassage behandelt wird, sinkt die Überlebenschance um 10 Prozent.

In Deutschland scheuen allerdings noch immer viele Menschen, im Notfall mit einer Herzdruckmassage zu beginnen. Grund dafür ist meist die Angst, etwas falsch zu machen. Reanimationsunterricht kann hier Abhilfe schaffen. Der Deutsche Rat für Wiederbelebung hat eine Petition gestartet, die Wiederbelebungsunterricht in den Schulen ab der 7. Klasse fordert. Die DGK unterstützt die Petition aus tiefstem Herzen und bittet um Ihre Mithilfe: <https://www.openpetition.de/petition/online/laienreanimation-herzdruckmassage-wi...>

Zum Weiterlesen:

Informationen zur Studie der Uniklinik Ulm: <https://dgk.org/daten/baumhardt.pdf>
Pressemitteilung der DGK zum plötzlichen Herztod bei Sportler*innen: <https://dgk.org/pressemitteilungen/ploetzlicher-herzstillstand-bei-sportlerinnen...>

Die Deutsche Gesellschaft für Kardiologie – Herz und Kreislaufforschung e.V. (DGK) mit Sitz in Düsseldorf ist eine gemeinnützige wissenschaftlich medizinische Fachgesellschaft mit fast 11.000 Mitgliedern. Sie ist die älteste und größte kardiologische Gesellschaft in Europa. Ihr Ziel ist die Förderung der Wissenschaft auf dem Gebiet der kardiovaskulären Erkrankungen, die Ausrichtung von Tagungen die Aus-, Weiter- und Fortbildung ihrer Mitglieder und die Erstellung von Leitlinien. Weitere Informationen unter www.dgk.org

Wichtige Informationen für Nicht-Mediziner*innen stellt die DGK auf den Seiten ihres Magazins „Herz-Fitmacher“ zusammen: www.herzfitmacher.de