

Vorhofflimmern: Alkohol kann Herzrhythmusstörung auslösen

Regelmäßiger Alkoholkonsum erhöht das Risiko für Vorhofflimmern, und zwar auch bei gesunden Menschen ohne Vorerkrankungen. Das zeigt eine aktuelle Studie des Universitären Herz- und Gefäßzentrums am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf (UKE) (1). „Dass übermäßiger Alkoholkonsum dem Herzen schadet, ist zwar längst bekannt“, betont der Kardiologe Prof. Dr. med. Andreas Götte vom Wissenschaftlichen Beirat der Deutschen Herzstiftung und Chefarzt der Medizinischen Klinik II: Kardiologie und internistische Intensivmedizin am St. Vincenz-Krankenhaus Paderborn. Doch diese neue Studie zeige, so Götte, dass das Organ schon bei einem kleinen Glas Wein oder Bier am Tag aus dem Takt kommen könne. „Mit der neuen Studie müssen wir erkennen, dass auch schon kleine Mengen Alkohol das Flimmern auslösen können“, so der Spezialist für Herzrhythmusstörungen. Ausführliche Informationen zu der UKE-Studie sowie Hintergründe zu Vorhofflimmern bietet die Herzstiftung unter www.herzstiftung.de/vorhofflimmern-durch-alkohol.

Schon ein kleines Glas Wein täglich kann Folgen haben

Für die Studie werteten die Wissenschaftler um die Studienleiterin Dr. Dora Csengeri vom UKE die Daten von mehr als 100.000 Menschen aus, die nie zuvor unter Vorhofflimmern gelitten hatten. Über 5.800 der Teilnehmenden entwickelten im Studienzeitraum von 14 Jahren erstmalig Vorhofflimmern. Dabei war das Risiko, die Herzrhythmusstörung zu bekommen, umso höher, je mehr Alkohol die Probanden regelmäßig konsumierten: So steigerten 12 Gramm Alkohol am Tag – entsprechend einem kleinen Glas Wein oder Bier – die Wahrscheinlichkeit um 16 Prozent im Vergleich zu den abstinenten Teilnehmern. Bei bis zu zwei Drinks täglich lag das Risiko, Vorhofflimmern zu entwickeln, bereits um 28 Prozent höher. „Es gibt einen signifikanten Zusammenhang zwischen bereits geringem Alkoholkonsum und einem erhöhten Risiko für Vorhofflimmern“, fasst Csengeri die Ergebnisse zusammen. Das Fazit der Ärztin und Wissenschaftlerin: „In Bezug auf Vorhofflimmern muss man vom regelmäßigen Konsum selbst kleiner Mengen abraten.“

Alkoholkonsum: lieber mäßig als regelmäßig

Weit verbreitet ist die Auffassung, ein regelmäßiger Konsum kleiner Mengen Alkohol schade nicht oder könne sogar das Herz schützen. Dies gelte aber keinesfalls für Vorhofflimmern, betont die Herzspezialistin Dr. Csengeri. Betroffene, die bereits unter Vorhofflimmern leiden, sollten daher Alkohol meiden oder den Konsum stark reduzieren. Für alle anderen gilt: Gegen ein gelegentlich konsumiertes Gläschen Wein oder Bier ist nichts einzuwenden. Aber: „Wer regelmäßig trinkt – und sei es auch nur ein Gläschen – erhöht sein Risiko, Vorhofflimmern zu entwickeln, deutlich“, warnt Prof. Götte. Das gelte auch für Menschen, die noch nie unter Vorhofflimmern gelitten haben.

Vorhofflimmern steigert das Schlaganfallrisiko

Bis zu zwei Millionen Menschen in Deutschland leiden an Vorhofflimmern – viele davon, ohne es zu wissen. Herzstolpern und ein schneller Herzschlag sind erste Hinweise auf die Herzrhythmusstörung. Das Risiko für die Herzerkrankung steigt mit zunehmendem Alter. Zwar ist das Flimmern der Vorhöfe nicht unmittelbar lebensbedrohlich, es kann aber je nach Schwere der

Symptome mit einem hohen Leidensdruck verbunden sein. Dennoch gilt die Herzrhythmusstörung nicht als harmlos, denn unentdeckt und unbehandelt erhöht das Flimmern der Vorhöfe die Bildung von Blutgerinnseln, die über die Blutbahn das Risiko für Thromboembolien und Schlaganfall erhöhen. Weitere Infos zu Ursachen, Symptomen sowie Risiken von Vorhofflimmern bietet die Herzstiftung unter www.herzstiftung.de/vorhofflimmern