

Patienteninfo: Herzinfarkt bei Frauen

Auch wenn sich das Vorurteil hartnäckig hält: Ein Herzinfarkt ist keinesfalls eine reine Männerkrankheit. Auch bei Frauen zählt er zusammen mit dem Schlaganfall zur häufigsten Todesursache in den Industrieländern. Allerdings kündigt sich ein Herzinfarkt oft mit **anderen Alarmzeichen** als beim männlichen Geschlecht an. Daher ist es wichtig, diese frühzeitig zu erkennen und dadurch die Überlebenschancen zu erhöhen.

Zu den **klassischen Symptomen** gehören ein **Engegefühl** und ein plötzlich auftretender, brennender, **starker Schmerz** im linken Brustbereich oder hinter dem Brustbein, der über 20 Minuten andauert, als „vernichtend“ beschrieben wird und sich bei körperlicher Ruhe nicht bessert. Er kann in die Arme, den Hals, Unterkiefer, zwischen die Schulterblätter in den Rücken oder den Oberbauch **ausstrahlen**. Weitere typische Anzeichen sind:

- schwere Atemnot
- Angstgefühl bis hin zur Todesangst
- Bewusstlosigkeit

Diese Warnzeichen können auch bei Frauen auftreten. Das ist jedoch deutlich seltener der Fall. Viel häufiger als bei Männern machen sich Herzinfarkte beim weiblichen Geschlecht mit **unspezifischen Symptomen** bemerkbar. Dazu zählen:

- Kurzatmigkeit und Luftnot
- Übelkeit und Erbrechen
- allgemeine Schwäche
- Schwindel
- kurzzeitige Ohnmacht
- Kopfschmerzen
- Schlafstörungen
- Herzklopfen und Herzrasen
- Schmerzen im Oberbauch und Rücken
- Engegefühl in der Brust

Bei diesen Anzeichen kommt man oft nicht so leicht auf die Idee, dass sie vom Herzen herrühren können. Müdigkeit und Schwin-

del oder wiederkehrende Übelkeit können auch schon **Tage vor dem eigentlichen Herzinfarkt** auftreten. Diese Symptome werden dann häufig als verdorbener Magen gedeutet. An einen Herzinfarkt ist auch zu denken, wenn die unspezifischen Beschwerden in zuvor noch nicht gekannter Heftigkeit auftreten.

Das Kardinalsymptom, der starke Brustschmerz, tritt bei Frauen deutlich seltener auf als bei Männern. Sie klagen oft „nur“ über ein **Druck- bzw. Engegefühl im Brustbereich**, das aber keinesfalls weniger ernst genommen werden darf.

Außerdem neigen Frauen dazu, ihre Beschwerden erst einmal zu **ignorieren** und als nicht so schlimm zu betrachten. Diese werden zunächst auf Problem der Wechseljahre zurückgeführt oder als depressive Verstimmung fehlgedeutet.

Bei Frauen gilt deshalb die **NAN-Regel**, um einen drohenden Herzinfarkt zu erkennen. Dabei steht NAN für **Nase – Arm – Nabel**, was bedeutet, dass alle plötzlich auftretenden, unklaren Beschwerden in der Region zwischen Nasenspitze, Arm und Nabel, die sich nicht innerhalb von 15 Minuten bessern, für einen Infarkt verdächtig sind.

Ein weiterer Unterschied zwischen den beiden Geschlechtern besteht im Hinblick auf das **Alter**, in dem Herzinfarkte überwiegend auftreten. Da das Hormon Östrogen einen Schutz vor Herz-Kreislauf-Erkrankungen bietet, sind Frauen bis zu den Wechseljahren vor dieser Erkrankung eher sicher. Doch aufgrund des Nachlassens der Hormonproduktion sinkt dieser Schutz und das Risiko steigt, einen Herzinfarkt zu erleiden. Frauen sind deshalb besonders **nach der Menopause ab dem 50. Lebensjahr** gefährdet, während Männer deutlich früher betroffen sind.

Ein Herzinfarkt kann aber auch ohne begleitende Schmerzsymptomatik verlaufen. Besonders häufig treten diese **stummen Infarkte** bei Patienten mit Diabetes

mellitus auf, weil ihre Schmerz Wahrnehmung aufgrund der autonomen Neuropathie vermindert ist, oder bei sehr alten Patienten. In diesen Fällen kann sich der Herzinfarkt mit folgenden Symptomen zeigen:

- plötzliche Luftnot
- niedriger Blutdruck
- Schwäche
- Verwirrtheit
- Bewusstseinsverlust

Weil die Symptome, die einen Herzinfarkt anzeigen können, bei Frauen oft nicht als solche erkannt oder nicht ernst genommen werden, kommen diese später in eine Klinik als Männer. Dies führt dazu, dass mehr Frauen, die einen Herzinfarkt erleiden, daran versterben als Männer. Generell gilt, wenn man sich nicht sicher ist: Es ist auf jeden Fall besser, einmal zu viel zum Arzt zu gehen oder den **Notarzt** (Telefon: 112) zu rufen, als zu lange zu warten. Schon beim geringsten **Verdacht** sollten Sie deshalb nicht zögern – auch nicht in der Nacht oder am Wochenende. **Je früher** ein Herzinfarkt behandelt wird, **desto besser** sind die Überlebenschancen.

 **Online**

<http://dx.doi.org/10.1055/s-0034-1368502>

Dr. med. Stefanie Gräfin v. Pfeil
Kirchheim/Teck

Mit den besten Grüßen überreicht durch

Praxisstempel/Unterschrift