



BLOMENBURG

MENTAL HEALTH CARE

Das Broken Heart Syndrom: Warum Liebeskummer das Herz angreift

„Du hast mir das Herz gebrochen“, sagt der Volksmund. Und da ist tatsächlich etwas dran: Mediziner sprechen vom Broken-Heart-Syndrom oder der Tako-Tsubo-Kardiomyopathie. Es handelt sich um eine akut auftretende Herzmuskelerkrankung, die nach starkem emotionalen Stress auftritt. Dr. Stephanie Grabhorn, Chefärztin der Privatklinik [Blomenburg](#), erklärt, warum Trennungen und Verlusten ebenso zu Herzrhythmusstörungen und plötzlichem Herztod führen können, wie ein Infarkt.



Die Stress-Kardiomyopathie betrifft in der Regel die Funktion der linken Herzkammer. Diese zeigt eine veränderte, bauchartig erweiterte Form. Dazu ist die Hauptschlagader gleichzeitig deutlich verengt, sodass das Herz Probleme hat, das Blut in den Körper zu pumpen. Die Betroffenen leiden in der Folge unter einem schweren Engegefühl in der Brust mit Atemnot, starken Herzschmerzen, die bis zu einem sogenannten Vernichtungsschmerz gesteigert sein können. Der Blutdruck kann abfallen und die Herzfrequenz steigt extrem an. Außerdem kommt es zu Übelkeit, Oberbauchbeschwerden und Erbrechen mit Schweißausbrüchen. Aufgrund der schwachen Pumpfunktion der linken Herzkammer treten noch zusätzliche Beschwerden einer Herzschwäche auf. So staut sich zum Beispiel Blut in der

Lunge und in den venösen Gefäßen, weil das Herz seine Pumpleistung nicht mehr schafft. So kann es zu Beinödemen und Wasser in der Lunge kommen.

Obwohl es sich also nicht um einen Herzinfarkt handelt, kann es bei einem Teil der betroffenen trotzdem zu Herzrhythmusstörungen mit plötzlichem Herztod kommen. Ein „Broken-Heart-Syndrom“ kommt öfter bei Frauen, als bei Männern vor, besonders nach den Wechseljahren. Das scheint damit zusammenzuhängen, dass Frauen in den Wechseljahren und dem dabei abfallenden Östrogenspiegel anfälliger für die Stresshormone Adrenalin, Noradrenalin und Cortisol sind. Eine starke Ausschüttung dieser Stresshormone kann wohl leichter die Herzmuskelzellen schädigen und die Pumparbeit des Herzens stören.

Forscher haben herausgefunden, dass es vermutlich eine genetische Disposition für das Broken-Heart-Syndrom gibt. Es scheint, dass bestimmte Bereiche des Gehirns, die für die Verarbeitung von Gefühlen wichtig sind, mit anderen Gehirnarealen schlechter kommunizieren, als bei Gesunden. Somit funktioniert die Stressverarbeitung und Emotionsregulation nicht optimal. Außerdem ist inzwischen bekannt, dass die Herzmuskelzellen von Broken-Heart-Betroffenen bis zu sechsmal empfindlicher auf die oben genannten Stresshormone reagieren. Es wird vermutet, dass 2 bis 8 Prozent der Frauen, die mit einem Verdacht auf einen Herzinfarkt behandelt werden, eigentlich am „Broken-Heart-Syndrom“ leiden.



BLOMENBURG

MENTAL HEALTH CARE

Ein prominenter Betroffener des „Broken-Heart-Syndroms“ ist Martin Rütter. Im Gespräch in einer TV-Sendung mit Moderator Simon Beeck berichtete er: "Ich wäre fast gestorben". Mit so etwas hätte wohl niemand gerechnet – auch Martin Rütter selbst nicht. Er litt damals unter einer starken emotionalen Belastung, aber dass diese solche Auswirkungen haben kann auf sein Herz, hätte er nie für möglich gehalten, erklärt der Hundetrainer.

Im Falle eines Broken-Heart-Syndroms gab es bis vor kurzem kein festgelegtes Behandlungskonzept. Grundsätzlich hat das „Broken-Heart-Syndrom“ bei der richtigen Therapie aber eine gute Prognose. Meist heilt das Herz dann nach wenigen Wochen wieder ohne bleibende Schäden.

Emotionaler Stress, der das Herz angreift, kann unterschiedliche Ursachen haben: Es kann ein Trauerfall, eine Trennung oder ein schockierendes Erlebnis sein. Eine Studie im Journal of Epidemiology and Community Health zeigt, dass Menschen nach dem Tod nahestehender Personen oft selbst versterben. Bei Eltern zum Beispiel, die ein Kind (zwischen 10 und 17 Jahren) verlieren, ist das Sterberisiko im folgenden Jahr um 31% erhöht. Einen Ehepartner, ein Geschwisterchen oder ein Kind zu verlieren wurde bereits in mehreren Langzeit-Studien mit einer höheren Todesrate in Verbindung gesetzt. Damit ist das Broken-Heart-Syndrom mehr als ein kitschiger Begriff für Liebeskummer, es ist eine schwerwiegende Herzerkrankung.

Pressekontakt:

Frohe Botschaft, Tesdorpfstraße 19, 20148 Hamburg

Maria Baufeld / maria.baufeld@frohebotschaft-pr.de

+49 40 41 44 99 44 oder +49 177 710 535 8