

## **Herzinfarkt-Verdacht: Jede Minute zählt! Keine Scheu vor dem Notruf 112**

**Kardiologen warnen: Bei Verdacht auf Herzinfarkt oder andere Herznotfälle wie Herzstillstand niemals zögern, sondern sofort den Notruf 112 absetzen. Besondere Aufmerksamkeit für Herzereignisse auch nach überstandener Covid-19-Infektion geboten**

**(Frankfurt a. M., 11. Februar 2022)** Der Herzinfarkt ist weiterhin eine der häufigsten Todesursachen. Dabei müsste dank der notfallmedizinischen und kardiologischen Infrastruktur hierzulande niemand mehr am Herzinfarkt sterben. Dennoch: Bundesweit starben im Jahr 2020 über 44.500 Menschen am Herzinfarkt. Rund 30 Prozent der Herzinfarktpatienten versterben außerhalb der Klinik, auch weil sie zu spät oder gar nicht den Notarzt (112) alarmieren. „Bei Herzinfarkt-Verdacht zögern immer noch viele Betroffene davor, den lebensrettenden Notruf 112 abzusetzen, häufig aus Scheu vor dem Rettungswagen vor der eigenen Haustür oder weil sie die Symptome nicht ihrem Herz richtig zuordnen“, berichtet der Kardiologe Prof. Dr. med. Thomas Voigtländer, Vorstandsvorsitzender der Deutschen Herzstiftung. Ein Herzinfarkt kann jederzeit in bösartige Herzrhythmusstörungen („Kammerflimmern“) übergehen: die Pumpfunktion des nur noch flimmernden Herzmuskels kommt zum Erliegen, der Patient verstirbt innerhalb weniger Minuten am plötzlichen Herztod. 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. Deshalb ist bei Verdacht auf Herzinfarkt sofort der Rettungsdienst mit der Notrufnummer 112 zu alarmieren“, betont Voigtländer. Das gelte übrigens auch bei anderen Herznotfällen wie eine akut entgleiste Herzschwäche oder lebensbedrohliche Herzrhythmusstörungen. Anlässlich des „Europäischen Tag des Notrufs 112“ bietet die Herzstiftung zur Ersten Hilfe bei Herzinfarkt und Herzstillstand Informationen an unter [www.herzstiftung.de/herznotfall-verhalten](http://www.herzstiftung.de/herznotfall-verhalten) Ein kostenfreies Herznotfall-Set kann unter [www.herzstiftung.de/herznotfall-set](http://www.herzstiftung.de/herznotfall-set) bestellt werden.

Im Zuge der Covid-19-Pandemie kann es auch nach überstandener Covid-19-Erkrankung – auch bei nicht-hospitalisierten Covid-Patienten und Covid-Patienten ohne Vorerkrankungen - zu einer höheren Rate an kardiovaskulären Ereignissen kommen. Darauf deuten erste Hinweise einer aktuellen US-Studie anhand von Daten aus den Pandemiewellen vor den Delta- und Omikron-Varianten von SARS-CoV-2 hin. Zu den erfassten Herzereignissen zählten u. a. Herzinfarkt, Schlaganfall, akute Herzmuskelschwäche, Herzentzündungen und Herzrhythmusstörungen (1). „Wer eine Coronaviruserkrankung hinter sich hat, sollte daher aufmerksamer für mögliche Herzereignisse sein“, rät der Ärztliche Direktor des Agaplesion Bethanien-Krankenhauses und Kardiologe am Cardioangiologischen Centrum Bethanien (CCB) Frankfurt am Main.

### **Herzinfarkt-Verdacht: auf diese Warnzeichen achten!**

Typische Herzinfarkt-Symptome sind insbesondere plötzlich einsetzende starke Schmerzen, die länger als fünf Minuten anhalten und sich in Ruhe nicht bessern (häufig: kalter Schweiß, Blässe, Übelkeit, Atemnot, Unruhe und Angst). Die Schmerzen sind überwiegend im Brustkorb, häufig hinter dem Brustbein, bisweilen auch nur im Rücken zwischen den Schulterblättern oder im Oberbauch. Die Schmerzen können in den Arm, den Hals oder Kiefer ausstrahlen. Mehr Infos zu den Herzinfarkt-Schmerzorten sind abrufbar unter: [www.herzstiftung.de/herzinfarkt-anzeichen](http://www.herzstiftung.de/herzinfarkt-anzeichen)

## Herzstillstand: Was tun, wenn das Herz versagt?

Jederzeit kann es passieren – zu Hause, am Arbeitsplatz oder auf der Straße: ein Familienmitglied, eine Kollegin oder Kollege bricht plötzlich zusammen, liegt bewusstlos am Boden und atmet nicht mehr. Ein Herzstillstand mit Herzkreislaufversagen könnte mit großer Wahrscheinlichkeit der Grund sein und erfordert sofortiges Handeln. Ein Herzstillstand führt innerhalb weniger Minuten zum plötzlichen Herztod, wenn nicht sofort ein Notarzt (112) gerufen und mit Wiederbelebungsmaßnahmen begonnen wird. „Je schneller mit der Wiederbelebung durch Herzdruckmassage begonnen wird, desto größer ist die Chance, dass der Patient überlebt“, betont Voigtländer. Was Ersthelfer als Zeugen eines Herzstillstands unbedingt nach dem Prinzip der Vier-Schritte-Regel

1. Prüfen (Bewusstlosigkeit und Atmung)
2. Rufen (Notruf 112)
3. Drücken (Herzdruckmassage)
4. Schocken (AED-Anwendung)

tun müssen, erläutert die Herzstiftung unter [www.herzstiftung.de/wiederbelebung](http://www.herzstiftung.de/wiederbelebung) „Jedes Jahr in Deutschland sterben etwa 65.000 Menschen am plötzlichen Herztod. Umso wichtiger ist deshalb, dass jeder weiß, wie man richtig wiederbelebt, um so mit Hilfe der Herzdruckmassage das Überleben des Patienten bis zum Eintreffen des Notarztes zu sichern.“

Die Deutsche Herzstiftung appelliert deshalb an alle Menschen, insbesondere an Herzpatienten und Menschen mit Vorbelastung für Herzinfarkt und andere Herzkrankheiten, bei Verdacht auf Herzinfarkt sofort den Notruf 112 abzusetzen.

## Literatur

- (1) Xie, Y. et al., Long-term cardiovascular outcomes of COVID-19, in: Nature Medicine, <https://doi.org/10.1038/s41591-022-01689-3>



Prof. Dr. med. Thomas Voigtländer,  
Kardiologe und Vorstandsvorsitzender  
der Deutschen Herzstiftung

(Foto: DHS)

## Service: Ratgeber, Notfall-Set, App zum Herznotfall

Ein Notfallset mit dem Ratgeber „Was tun im Notfall?“ und zwei Notfallkärtchen fürs Portemonnaie mit Darstellungen der Herzinfarkt-Alarmzeichen und Erläuterungen zur Laien-Reanimation bietet die Herzstiftung kostenfrei unter Tel. 069 955128400 oder unter [www.herzstiftung.de/herznotfall-set](http://www.herzstiftung.de/herznotfall-set) an.



Collage: DHS

Die Herzinfarkt-Alarmzeichen sind abrufbar unter: [www.herzstiftung.de/herzinfarkt-anzeichen](http://www.herzstiftung.de/herzinfarkt-anzeichen)

Wie man sich bei Herzinfarkt richtig verhält, wie die Herzdruckmassage funktioniert und sein persönliches Herzinfarkt-Risikoprofil ermittelt, zeigt die neue Lebensretter-App der Herzstiftung, die kostenlos über [www.herzstiftung.de/app](http://www.herzstiftung.de/app) heruntergeladen werden kann.

Die Schlaganfall-Warnzeichen, bei denen auch sofort der Notarzt (112) zu alarmieren ist, sind abrufbar unter [www.herzstiftung.de/schlaganfall](http://www.herzstiftung.de/schlaganfall)

**Bei diesen Warnzeichen für eine Herzerkrankung sofort zum Arzt!**

Generell sollten Betroffene bei den folgenden Warnzeichen umgehend zum Internisten oder Kardiologen. Sie können untersuchen, ob z. B. eine Herzrhythmusstörung als Folge einer koronaren Herzkrankheit (die Grunderkrankung des Herzinfarkts), oder andere Herzerkrankungen wie Herzklappenerkrankungen oder eine Herzschwäche vorliegt. Unbehandelt können diese Erkrankungen zu schwerwiegenden, auch notfallmäßigen, Komplikationen führen:

- Schmerzen oder ein unangenehmes Engegefühl im Brustkorb (Angina pectoris) und/oder Luftnot
- Herzasen mit Einschränkung der Belastbarkeit
- Hartnäckiges Herzstolpern
- Kurze Bewusstlosigkeiten (Synkopen)
- Schwindelanfälle, drohende Bewusstlosigkeiten

Diese Beschwerden können Warnzeichen auch für mehrere Herzerkrankungen zugleich sein. „Angina pectoris-Beschwerden können Vorboten für eine fortgeschrittene Herzkranzgefäßverengung bis hin zum Herzinfarkt sein, aber auch Anzeichen einer operationsbedürftigen Herzklappeninsuffizienz“, erläutert Voigtländer. Auch Atemnot und Leistungsschwäche sind, wie der Herzspezialist betont, typische Symptome für eine Herzschwäche oder eine andere Herzproblematik wie Herzklappenerkrankung oder aber Vorhofflimmern. Kurze Synkopen können ein harmloses neurologisches Problem, aber auch Vorboten einer bösartigen Herzrhythmusstörung (Kammerflimmern) sein. „Deshalb sollte man bei diesen Symptomen einen Facharzt aufsuchen“, rät Voigtländer.

**Kontakt zur Pressestelle:** Michael Wichert (Ltg.) / Pierre König, Tel. 069 955128114/-140, E-Mail: [presse@herzstiftung.de](mailto:presse@herzstiftung.de), Web: [www.herzstiftung.de](http://www.herzstiftung.de)