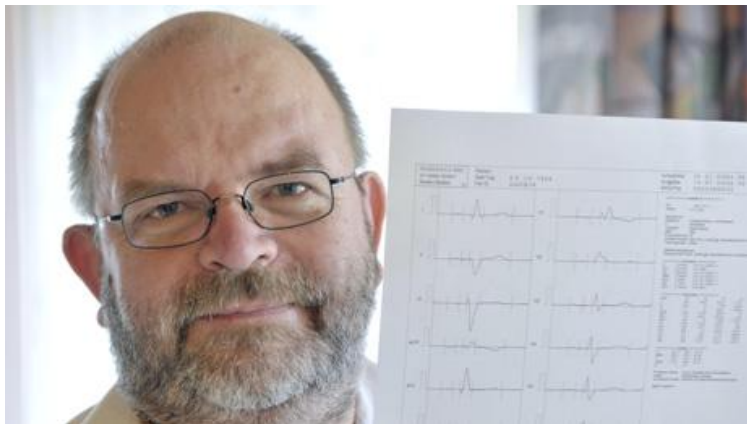


# **Herzstolpern: Besser mal abklären lassen!**

**„Wenn ich im Bett bin, habe ich manchmal Herzstolpern. Das erschreckt mich sehr. Kann das gefährlich sein?“**

fragt Daniela M. (27)

**Es antwortet: Dr. Friedel Rohr, Framerheim**



Der Allgemein- und Notfallmediziner weiß, wie beängstigend diffuse Herzbeschwerden wirken können. Das Schlimmste daran ist aber oft die Ungewissheit. Er rät daher, die Symptome abklären zu lassen.

*Eine kurze, unangenehme Unregelmäßigkeit im Herzschlag erleben viele Menschen gelegentlich. Sie berichten von Aussetzern, von Klopfen, Pochen oder – wie Sie – von Stolpern. Kommen keine weiteren Symptome wie beispielsweise Schwindel dazu, sind diese Unregelmäßigkeiten meist harmlos und rühren nicht von einer Herzkrankheit her. Leiden Sie öfter darunter, sollten Sie sich untersuchen lassen. Findet der Hausarzt keine organische Ursache, können Sie beruhigt sein, denn jedes gesunde Herz gerät manchmal aus dem Takt, ohne dass dies schädliche Folgen hätte.*

*In den meisten Situationen bekommen wir solche alltäglichen Rhythmusstörungen überhaupt nicht mit. Viele Frauen und jüngere Leute nehmen ihren Körper jedoch sehr genau wahr. Davon unabhängig können auch äußere Einflüsse harmloses Herzstolpern auslösen: zu viel Kaffee, Zigaretten, Alkohol, Schlafmangel, große Aufregung, Anspannung und Stress. Manche Menschen leiden unter Herzklopfen, wenn sie krank sind und Fieber haben.*

## **Meist beruhigende Diagnose**

*Stolpert das Herz immer nur kurz, aber öfter, sollten Sie das trotzdem einmal abklären lassen. Der Hausarzt wird das Herz abhören und ein EKG (Elektrokardiogramm) machen. Weiteren Aufschluss über die Herzgesundheit liefern Belastungs- und Langzeit-EKG.*

*In einigen Fällen müssen solche Untersuchungen mehrmals wiederholt werden, weil die Störungen gerade am Tag des EKGs nicht auftreten. Hat sich das Herz als gesund erwiesen, können hinter den Beschwerden noch einige andere Ursachen stecken, zum Beispiel eine Fehlfunktion der Schilddrüse oder psychische Belastungen.*

# **Herzstolpern: Besser mal abklären lassen!**

*Ist auch hier alles in Ordnung, sind die meisten Patienten beruhigt. Einigen machen die ständigen Missempfindungen aber so zu schaffen, dass eine Behandlung der Symptome sinnvoll sein kann. Ich habe in solchen Fällen gute Erfahrungen mit Magnesium gemacht. Um das harmlose Stolpern abzuschalten und so die Lebensqualität zu steigern, erhalten einige Patienten aber auch Herzmedikamente, meist Betablocker.*

## **Signale ernster Leiden erkennen**

*Es ist verständlich, dass einen solche Missempfindungen zunächst erschrecken. Grundsätzlich ist es ja auch sinnvoll, Signale seines Körpers ernst zu nehmen. Im Liegen das Herz im Ohr klopfen zu hören oder einige wenige Extraschläge wahrzunehmen ist jedoch kein Grund zu akuter Beunruhigung.*

*Ein Zeichen für einen medizinischen Notfall ist es dagegen, wenn von einem Moment auf den anderen schwere Beschwerden einsetzen und dann andauern: Brennende oder drückende Schmerzen in der Brust, im Leib, in Schulter oder Arm, Atemnot, Engegefühl, Angst, Übelkeit und Schwindel bis hin zur Bewusstlosigkeit – das können Symptome einer Herzerkrankung sein. Der Notarzt muss sofort verständigt werden.*

Quelle: Wort&Bild Verlag; HausArzt-PatientenMagazin

Foto: W&B/Bostelmann