



# P R A X I S T I P P

## **Herzrhythmusstörungen:**

Unser Herz schlägt etwa 50 bis 100 mal pro Minute und pump damit das Blut in unseren Kreislauf. Wir können den Herzschlag durch den Puls z.B. am Handgelenk tasten oder mit dem Stethoskop direkt über der Herzgegend hören. So schlägt das Herz viele tausend mal am Tag, ohne daß wir etwas merken.

Herzrhythmusstörungen nennt man alle Auffälligkeiten des Herzschlages hinsichtlich der Regelmäßigkeit des Herzschlages und der Häufigkeit des Pulses. Dabei ist es wichtig, zwischen den gutartigen und schlechten Herzrhythmusstörungen zu unterscheiden. Ein schneller oder langsamer Herzschlag ist noch lange nicht gefährlich. So kann das gut trainierte Sportlerherz in Ruhe nur einen Puls von 35 bis 40/Minute haben oder bei Aufregung oder Anstrengung das Herz auch mal bis 180/Minute rasen.

Gutartige Herzrhythmusstörungen sind zum Beispiel anfallsartiges Herzasen, welches sich öfter bei jüngeren Menschen zeigt, ohne ersichtlichen Grund, welches aber auch nach wenigen Minuten oder Stunden wieder alleine verschwindet. Dabei ist typisch, daß der Herzschlag ganz regelmäßig ist.

Eine weitere gutartige Herzrhythmusstörung sind Extraschläge des Herzens. Unser Herzschlag wird von einem körpereigenem Schrittmacher gesteuert, dem sogenannten Sinusknoten. Von hier aus wird ein Signal wie in einem System elektrischer Leitungen durch den Herzmuskel geschickt und sorgt für den Herzschlag. Im Herzmuskel, also in anderen Bereichen als dem eigentlichen Taktgeber (Sinusknoten), können auch spontan elektrische Signale entstehen und zu einem Herzschlag außer der Reihe führen. Das sind dann die extra Herzschläge. Diese werden gar nicht von allen Menschen wahrgenommen, können aber bei denen, die diese Extraschläge spüren, äußerst unangenehm und bedrohlich wirken. In der Regel sind diese sogenannten **Extrasystolen** aber ungefährlich.

Wenn das Herz zu langsam schlägt, weil es zum Beispiel durch eine andere Erkrankung vorgeschädigt ist oder der Sinusknoten oder die elektrischen Leitungen nicht mehr richtig funktionieren, dann hilft oft nur ein neuer Taktgeber, nämlich ein **Schrittmacher**.

Wenn das Herz zu schnell schlägt, muss man auch nach den Ursachen forschen, zum Beispiel nach einer **Schilddrüsenüberfunktion**.

Weitreichendere Folgen hat der unregelmäßige Herzschlag, meistens zu schnell, seltener zu langsam. Oft ist dann die Diagnose **Vorhofflimmern**. Das heißt, dass der Impuls aus dem Herzvorhof ganz schnell, viel zu schnell schlägt, über 250 mal in der Minute. Zum Glück wird aber nicht jeder Impuls weitergeleitet, sondern nur jeder 2. oder 3. Impuls, und das meistens ganz unregelmäßig. Der Patient merkt in der Regel diesen meistens zu schnellen und unregelmäßigen Herzschlag, fühlt sich mehr oder minder beeinträchtigt, hat richtige Herzangst. Dieses Vorhofflimmern kann nur wenige Sekunden oder Minuten anhalten oder auch dauerhaft sein. Der schnelle Puls muss zu Herzschonung behandelt werden, zum Beispiel mit Betablockern. Es wird versucht wieder dauerhaft einen regelmäßigen Puls zu bekommen. Das ist aber oft nicht möglich und so bleibt nur die Kontrolle des zu schnellen Pulses. Wegen der Unregelmäßigkeit des Herzschlages kommt es im Herzen zu einer Verwirbelung des Blutflusses. Dabei können kleine Blutgerinnsel entstehen welche die Gefahr eines Schlaganfalles in sich bergen. Umfangreiche Studien haben dieses erhöhte Risiko für einen Schlaganfall nachgewiesen und gezeigt, dass mit einer zusätzlichen Blutverdünnung dieses erhöhte Risiko wieder gesenkt werden kann. Je nach Vorerkrankung des Herzens und Alter des Patienten ist hierfür Aspirin oder meistens **Marcumar** empfehlenswert.

Seltener Herzrhythmusstörungen sind einzelne Phasen von viel zu schnellem Schlagen der Herzkammer (Kammertachykardie) oder das lebensbedrohliche **Kammerflimmern**. Hier sind umfangreiche kardiologische Untersuchungen notwendig und eventuell muss ein äußerer Defibrillator operiert werden, welcher durch einen Elektroschock bei Auftreten von Kammerflimmern das Herz wieder in den rechten Takt bringt und einem somit das Leben rettet.