



Fußball lässt Männerherzen höher schlagen: Doch wie stark belastet die WM das Herz wirklich?

Von Rothenburg-Partner

Erstellt am 11 Jun 2014 - 10:53

Alle vier Jahre befindet sich die Nation im Ausnahmezustand. Auch in diesem Jahr wird sich während der Weltmeisterschaft vom 12. Juni bis zum 13. Juli beinahe jeder im Fußballfieber befinden. Doch aufgepasst: Aufregende Spielverläufe peitschen die Emotionen an und treiben den Blutdruck rasant in die Höhe. Das zeigen auch die Erfahrungen vergangener WMs: So verdreifachte sich im Jahr 2006 die Anzahl der Behandlungen von Patienten mit Herzbeschwerden während eines Spiels der Nationalelf! Mit Glyceroltrinitrat steht jedoch ein Wirkstoff zur Verfügung, der solche Attacken schnell und zuverlässig beenden kann und vorgeschädigte Herzen in Stresssituationen schützt. Experten raten: Jeder Patient mit verengten Herzkranzgefäßen sollte ein sogenanntes Nitrospray für den Notfall parat haben.

Milliarden Fernseh-Zuschauer weltweit werden am 12. Juni das WM-Eröffnungsspiel zwischen Brasilien und Kroatien sehen. Es wird eines der aufwendigsten Ereignisse in der TV-Geschichte; Fußballfans in etwa 200 Ländern werden die Live-Übertragung aus São Paulo verfolgen. Während der zwei Wochen der WM wird es wieder extrem spannende Spiele geben. Doch dramatische Szenen haben auch ihre Schattenseiten. Nicht nur der Blutdruck steigt bei den Zuschauern eines Fußballspiels, auch der Puls rast. Bei einem nervenzerreißenden Elfmeterschießen steigen die Blutdruckwerte oft so stark an, dass man meinen könnte, der Beobachter stehe selbst auf dem Platz und versuche den entscheidenden Treffer zu landen. Wer ohnehin an Erkrankungen des Herz-Kreislauf-Systems leidet, läuft Gefahr, eine Herzattacke oder im schlimmsten Fall sogar einen Infarkt zu erleiden.

Emotionaler Stress:

Herz-Kreislauf-Beschwerden während eines Fußballspiels sind keine Seltenheit

Eine Studie der Universitätsklinik München zeigt: Während eines Deutschlandspiels im Rahmen der Weltmeisterschaft 2006 erhöhte sich die Zahl, der zu behandelnden Patienten mit Herzbeschwerden um das 2,7-fache im Vergleich zu den Jahren, in denen keine Weltmeisterschaft stattfand. Erfasst wurden 4.279 Patienten, deren Daten jeweils aus den Jahren 2003, 2005 und 2006 miteinander verglichen worden sind. Dabei wurden nur Patienten erfasst, die wegen eines kardiologischen Notfalls einen Notarzt gerufen hatten und in eine Klinik eingewiesen wurden.*

Die meisten Herzinfarkte traten laut Auswertung beim Viertelfinale gegen Argentinien auf. Die Daten zeigen in beeindruckender Weise, dass "ein wichtiges Fußballspiel [...] akute Herzrhythmusstörungen auslösen kann", berichten Dr. Wilbert-Lampen und ihre Kollegen im Fachmagazin New England Journal of Medicine. Durch den Stress wird das Nervensystem so stark angekurbelt, dass der Blutdruck und die Herzfrequenz schlagartig steigen - Herz-Kreislauf-Beschwerden und Herzinfarkte sind die Folge. Die viel diskutierte Rolle von emotionalem Stress als Auslöser von Herzinfarkten sei mit dieser Untersuchung nun statistisch belegt, so die Forscher.

Vor wichtigen Spielen empfehlen sich daher vor allem für Menschen mit vorbelasteten Herzen, entsprechende Vorkehrungen: Das Vermeiden fetter Mahlzeiten, der Verzicht auf Zigaretten sowie die vorbeugende Einnahme eines Nitrosprays. Es entspannt die glatte Gefäßmuskulatur und verbessert die Durchblutung des Herzmuskelgewebes.

Helfer für die Hosentasche:

So schützen Sie Ihr Herz während der WM



Fußball lässt Männerherzen höher schlagen: Doch wie stark belastet die WM das Herz wirklich?

Veröffentlicht auf medkom24 (<http://medkom24.eu>)

Jeder Patient mit verengten Herzkranzgefäßen sollte ein Akutnitrat für den Notfall bereithalten. Schon bei den ersten Anzeichen eines sich anbahnenden Angina-pectoris-Anfalls empfiehlt es sich, zwei bis drei Hübe unter die Zunge zu sprühen. Der Wirkstoff Glyceroltrinitrat entspannt die glatte Muskulatur der Blutgefäße und sorgt für deren Erweiterung: Das entlastet auf der einen Seite das Herz, weil der Blutdruck sinkt. Auf der anderen Seite kann durch die erweiterten Gefäße mehr Blut fließen. Der Sauerstoffmangel im Herzmuskel wird reduziert. Ergebnis: Die Angina-pectoris-Symptome verschwinden innerhalb weniger Minuten. Anschließend sollte dennoch ein Arzt aufgesucht werden - auch wenn an den Schlusspfiff noch nicht zu denken ist. Bei einem möglichen Herzinfarkt zählt jede Minute. Je länger es dauert bis das Gefäß wieder durchblutet wird, desto schlechter ist die Prognose.

* Ute Wilbert-Lampen, et al.: Cardiovascular Events during World Cup Soccer; N Engl J Med 2008; 358: 475-483

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 02:55): <http://medkom24.eu/node/19209>