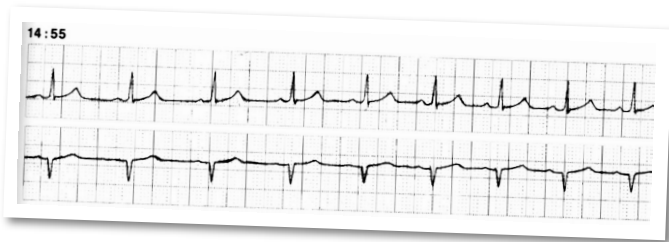




sind harmlos, machen einem nur das Leben schwer, sodaß man zum Zahnarzt geht. Ebenso ist es mit dem Herzstolpern: Wenn man stark darunter leidet kann man in vielen Fällen eine Behandlung mit einem beta-Blocker durchführen. Dies ist aber eine Dauer-Behandlung, d.h. Sie nehmen Medikamente ein, um ein eigentlich harmloses Symptom zu unterdrücken (Die bedarfsweise Medikamenteneinnahme nur im Fall auftretenden Herzklopfens ist wenig sinnvoll, denn das Klopfen hört in der Regel von selber auf, bevor die Tablette aus dem Magen ins Blut gegangen ist). Trotzdem ist die Frage einer Behandlung etwas, was nur der oder die Betroffene selber entscheiden kann, denn nur der betroffene Mensch kann sagen, wie unangenehm das Herzklopfen für ihn ist und wenn es seine Lebensqualität stark beeinträchtigt ist auch eine dauerhafte Behandlung gerechtfertigt. Die meisten Menschen mit harmlosen Herzstolpern werden allerdings vor dem dauerhaften Einsatz eines beta-Blockers zurückschrecken, weil ihnen die Einnahme der Medikamente für eine harmlose Sache zu riskant erscheint.

Sprechen Sie einmal mit uns Kardiologen oder Ihrem Hausarzt, ob es nicht vielleicht sinnvoll sein kann, wenn Sie einmal einen auf 2-3 Wochen beschränkten „Behandlungsversuch“ unternehmen. Nach dieser Zeit können Sie ja dann immer noch entscheiden, ob Ihnen die Behandlung etwas gebracht hat und ob Sie sie fortsetzen möchten oder ob sich der Aufwand nicht gelohnt hat. Sie entscheiden selber!



WAS MÜSSEN SIE BEACHTEN?

Das Wichtigste ist, daß Sie sich immer vor Augen halten, daß Ihr Herz genau untersucht worden ist, daß keine bedeutende Herzkrankheit festgestellt werden konnte und daß Ihr Herzklopfen oder Herzstolpern daher harmlos ist; Sie werden daran nicht sterben! Versuchen Sie, gegen die Angst anzugehen, die Sie vielleicht im Zusammenhang mit dem Stolpern oder Klopfen verspüren, denn diese Angst ist unbegründet. Sagen Sie sich, daß es sich um harmlosen elektrischen Unsinn Ihres Herzens handelt. Und wenn Ihre Angst trotzdem bleibt: Scheuen Sie sich nicht, Ihren Hausarzt oder uns Kardiologen aufzusuchen. Es ist oft beruhigend, wenn Sie wiederholt hören, daß nichts Gefährliches vorliegt; im Laufe der Zeit werden Sie dadurch vielleicht beruhigt und verlieren Ihre Angst, denn das Schlimmste am Herzklopfen und -stolpern ist die Angst, daß Ihnen etwas Schlimmes passieren kann.

Wenn Sie sich genauer über Herzrhythmusstörungen, andere Herzkrankheiten oder Untersuchungsmethoden informieren möchten besuchen Sie uns auch im Internet unter **www.kardionet.com**. Wählen Sie hier die Rubrik „Wissen“, wo viele Informationsmaterialien für Sie bereit stehen.

Wenn Sie weitere Fragen zu den beiden hier besprochenen Untersuchungen haben zögern Sie bitte nicht und fragen Sie einen unserer Ärzte.



KARDIOLOGISCHE GEMEINSCHAFTSPRAXIS
Bleicherstr. 3 42283 Wuppertal
T: (0202) 255 230 F: (0202) 255 2424
W: www.kardionet.com



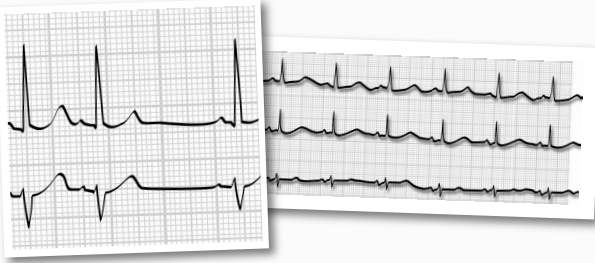
KARDIOLOGISCHE GEMEINSCHAFTS- PRAXIS



HERZSTOLPERN



HERZSTOLPERN



In diesen kleinen Informationsblatt möchten wir Sie über Herzstolpern informieren.

WAS IST HERZSTOLPERN?

In aller Regel denken Sie ebenso wie Ihr Arzt daran, daß Ihr Herzstolpern der Ausdruck von Herzrhythmusstörungen, d.h. von Unregelmäßigkeiten des Herzschlages ist. Aus diesem Grund ist es wichtig und auch richtig gewesen, daß Sie sich genau haben untersuchen lassen. Diese Untersuchungen sind nun abgeschlossen, ohne daß eine Erklärung für Ihr Herzstolpern gefunden werden konnte.

Dieses Untersuchungsergebnis ist auf der einen Seite erfreulich, auf der anderen Seite aber auch beunruhigend und vielleicht frustrierend, denn Sie bilden sich Ihr Herzklopfen ja schließlich nicht ein, sondern Sie verspüren es tatsächlich und es verursacht Ihnen Angst. Daher wird Sie die Antwort auf die folgende Frage interessieren:

IST HERZSTOLPERN GEFÄHR- LICH?

Nein. Denn gefährlich wäre es nur dann, wenn es Ausdruck schlimmer Herzrhythmusstörungen bei einem organisch kranken Herzen (z.B. bei Durchblutungsstörungen des Herzmuskels, bei Herzmuskel- oder Herzklappen-Erkrankungen). Diese schwerwiegenden Krankheiten konnten aber mit den Untersu-

chungen, die Sie bisher über sich haben ergehen lassen ausgeschlossen werden.

Wenn Sie nun wissen, daß es sich um harmloses Herzstolpern handelt werden Sie sich fragen, wie man dieses störende Empfinden beseitigen kann. Hierzu müßte man zunächst wissen, was denn bei Ihnen eigentlich „Herzstolpern“ verursacht. Daher stellt sich die Frage:

WIE WIRD HERZSTOLPERN UNTER- SUCHT?

Zunächst werden neben der körperlichen Untersuchung, Ruhe-, Belastungs-EKG und Ultraschalluntersuchung des Herzens (Echokardiographie) evtl. auch ein Langzeit-EKG, eine Myokardszintigraphie und vielleicht sogar eine Herzkatheteruntersuchung durchgeführt worden. Alle oder einige dieser Untersuchungen haben Sie ja schon durchführen lassen.

Wenn man nun weitere Untersuchungen durchführen möchte muß man einige Dinge wissen:

1. Die Ursache von Herzstolpern kann man nur exakt während derjenigen Phasen finden, in denen man Herzstolpern verspürt. Ein EKG beispielsweise wird schon Sekunden nach dem Ende des Herzstolperns einen normalen Befund zeigen. Wenn das Stolpern nur sehr kurz dauert werden Sie kaum die Zeit haben, um sofort (!) zum Arzt zu gehen, um hier ein EKG schreiben zu lassen, denn wenn Sie die Arztpraxis erreicht haben wird das Stolpern schon wieder verschwunden und das EKG normal sein. Dauert das Stolpern allerdings etwas länger wird der Besuch der Arztpraxis oder (z.B. nachts oder am Wochenende:) eines Krankenhauses vielleicht erfolversprechend sein. Trotzdem ist es oft frustrierend, wenn das Herzstolpern auf dem Weg zum Arzt von selber aufhört, denn in diesen Fällen können Sie eigentlich wieder nach Hause umkehren und müssen nun leider auf die nächste Attacke warten. Viele Menschen haben viele solcher Arztbesuche

ergebnislos unternommen oder schon vorher abgebrochen und erst nach vielen Versuchen zeigte das EKG dann einen entsprechenden Befund. Aber es hilft nichts: Wenn Herzrhythmusstörungen die Ursache des Herzstolperns sein sollten kann man sie nur während der Phase des Herzstolperns im EKG erkennen.

2. Keinesfalls ist jedes Herzstolpern Ausdruck von Herzrhythmusstörungen: Wir wissen dies aus Langzeit-EKGs, bei denen die Patienten im Untersuchungsprotokoll das Auftreten von „Herzstolpern“ vermerken und das EKG dabei völlig normal ist. Oft können auch der Anstieg des Blutdrucks Herzklopfen verursachen. Messen Sie also in diesen Phasen einmal Ihren Blutdruck.
3. Jedes, auch das gesündeste Herz läuft gelegentlich „unrund“ und stolpert. Das ist völlig normal. Einige Menschen bemerken dieses normale Herzstolpern, andere hingegen nicht. Meistens spürt man ein solches Herzklopfen oder -stolpern abends, wenn man im Bett liegt und zur Ruhe kommt: In diesen Fällen kann man (wenn man darauf achtet) seinen Herzschlag nämlich oft hören und Unregelmäßigkeiten fallen dabei besonders auf. Dies ist harmlos und eigentlich völlig normal.
4. Das Herzstolpern oder Herzklopfen, daß bei Anstrengungen, Aufregungen, bei Streß oder Ärger auftritt ist ebenfalls normal, denn es ist Ausdruck des in diesen Situationen normal ansteigenden Blutdrucks. Denken Sie einmal daran, wie Sie sich gefühlt haben, als in Ihrem Leben eine streßreiche Situation (z.B. Prüfungen, Polizeikontrolle o.ä.) bestehen mußten. Der Volksmund sagt nicht umsonst, daß einem „das Herz dann bis zum Hals schlägt“.

WIE WIRD HERZSTOLPERN BEHAN- DELT?

Es handelt sich um ein harmloses Phänomen, daß man eigentlich nicht behandeln muß. Aber: Auch Zahnschmerzen