

## **Frauenherzen schlagen anders**

Frauen würden eher einen Herzinfarkt bei ihrem Mann erkennen als bei sich selbst – das haben Umfragen zum Eva-Infarkt herausgefunden. Allein in Deutschland erleiden jährlich etwa 150.000 Frauen einen Infarkt, mehr als die Hälfte überlebt ihn nicht.

So berichten Frauen über ganz andere Symptome als Männer, die bei ihnen einen Infarkt ankündigen. Es werden Übelkeit (mit und ohne Erbrechen), Appetitlosigkeit, extreme Müdigkeit und Schwäche, Schlafstörungen, Kurzatmigkeit, schwere Schwindelgefühle und Schmerzen im Oberbauch beschrieben. Aber auch im Rücken- und Schulterbereich können Schmerzen empfunden werden.

In den ersten 30 Tagen nach einem akuten Herzinfarkt sterben doppelt so viele weibliche wie männliche Patienten.

## **Der Infarkt beim Mann**

Bei Männern kündigt sich ein Herzinfarkt meist „lehrbuchmäßig“ mit Schmerzen an, die vom Herzen zum linken Arm, in den Rücken, Kiefer oder den Oberbauch ausstrahlen. Zusätzlich treten oft ein Gefühl der Enge, Druck oder ein Brennen in der Brust auf. Hinzukommen können Atemnot, Schweißausbrüche, Schwindel und Bewusstlosigkeit.

Artikel aus TK aktuell, Nr. 2/2009 [www.tk-online.de](http://www.tk-online.de)

## **Ich bekomme gerade einen Herzinfarkt, was tun?**

Angenommen es ist 17h und du bist nach einem harten Arbeitstag auf einer einsamen Straße auf dem Weg nach Hause. Du bist müde und frustriert.

Du bist gestresst und aufgeregt....

Plötzlich bemerkst du stechende Schmerzen in deinem Brustkorb die sich rasch auf deine Arme und bis in dein Gesicht ausbreiten.

Du bist nur 5 Km vom nächsten Krankenhaus entfernt, glaubst aber nicht, es bis dorthin zu schaffen.

### **WAS KANN MAN TUN ???**

Du hast Erste Hilfe Kurse absolviert, aber niemand hat dir gesagt, wie du dir selbst helfen kannst. !!! Viele Leute sind alleine, wenn sie eine Attacke haben, ohne Hilfe und man hat nur etwa 10 sec. Zeit, bevor man das Bewusstsein verliert.

### **ANTWORT: Keine PANIK!**

Beginne energisch und so oft als möglich zu husten.

Vor jedem Husten tief einatmen. Das Husten muss so tief und anhaltend sein, als ob man Schleim von tief aus dem Brustkorb produzieren möchte.

Einatmen und Husten alle 2 sec. wiederholen bis Hilfe eintrifft oder das Herz wieder normal schlägt.

Tiefes Einatmen bringt Sauerstoff in die Lungen. Das Husten drückt aufs Herz und hält das Blut in Bewegung. Der Druck auf das Herz hilft auch, den Rhythmus wieder zu normalisieren. Dadurch sollte es möglich sein, das Krankenhaus zu erreichen.

Artikel aus N.º 240 OF JOURNAL OF GENERAL HOSPITAL ROCHESTER