

Pressemitteilung

Weltherztag

Dr. med. Andreas Hofschneider informiert über das Zusammenspiel von Herz und Psyche

Bad Wiessee, 23. September 2022. Am 29. September 2022 findet erneut der Weltherztag statt. Die World Heart Federation (WHF) möchte an diesem Tag Menschen auf das Thema Herzgesundheit aufmerksam machen. Dr. med. Andreas Hofschneider, stellvertretender ärztlicher Direktor und Chefarzt für Kardiologie und Innere Medizin der Marianowicz Medizin Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee, nimmt diesen Tag zum Anlass, um über das Zusammenspiel von Herz und Psyche zu informieren.

Wie sich Herz und Psyche gegenseitig beeinflussen

„Dass einem bei Kummer das Herz schwer werden kann, ist nicht nur eine Floskel. Vielmehr können seelische Belastungen einen Einfluss auf die Herzgesundheit haben. Umgekehrt können sich Erkrankungen am Herz-Kreislaufsystem aber auch auf die Psyche auswirken“, erklärt Dr. med. Hofschneider. Das Risiko psychisch zu erkranken, nachdem eine Herzerkrankung diagnostiziert wurde, ist fast dreimal¹ so hoch wie bei einem Menschen mit gesundem Herz. Das Wechselspiel beider Erkrankungsbereiche sollte bei der jeweiligen Behandlung unmittelbar berücksichtigt werden. Denn auch das Sterberisiko scheint bei herzkranken Menschen mit zusätzlicher psychischer Erkrankung deutlich erhöht. „Auch wenn das Zusammenspiel beider Erkrankungen noch nicht abschließend geklärt ist, so kann eine lebensbeeinträchtigende oder sogar lebensbedrohende Erkrankung wie ein Herzinfarkt oder Herzrhythmusstörungen den betroffenen Menschen erheblich stressen und ihm mental zusetzen“, so der Herzspezialist weiter.

Stress – Hochrisikofaktor für Herz und Psyche

Bei beiden Patientinnen- und Patientengruppen spielt vor allem der Faktor Stress eine große Rolle. Denn Dauerstress kann bekanntermaßen einen erheblichen Einfluss auf die Gesundheit haben – so kann er unter anderem den Blutdruck steigen lassen oder zu einer vermehrten Cortisolausschüttung führen. Zu viel des Stresshormons, das in gesunden Mengen den Körper zum Beispiel vor Entzündungsprozessen schützen kann, kann sich in ungesunden Mengen negativ auf Stoffwechselforgänge des Körpers auswirken und das Herz belasten. Das Herzerkrankungsrisiko steigt. „Menschen, die eine Herzerkrankung diagnostiziert bekommen haben, tun gut daran, sich auch mentale Hilfe zu suchen“, erklärt Dr. med. Hofschneider. Ebenfalls sollten Menschen mit beispielsweise einer Depression ganz besonders auf einen Lebensstil achten, der das Herz schützt (z. B. ausgewogene Ernährung, Sport). Allerdings fehlt gerade diesen Menschen hierfür krankheitsbedingt meist die Kraft und der Antrieb. Eine entsprechende Betreuung durch eine Expertin oder einen Experten ist deshalb besonders wichtig.

¹ Quellen:

- <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2022.06.27.22276962v1>
- Eitel I, von Knobelsdorff-Brenkenhoff F, Bernhardt P et al (2011) Clinical characteristics and cardiovascular magnetic resonance findings in stress (takotsubo) cardiomyopathy. JAMA 306(3):277–286
- Bot I, Kuiper J (2017) Stressed brain, stressed heart? Lancet 389(10071):770–771

In der Marianowicz Medizin Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee kümmern sich Spezialistinnen und Spezialisten unterschiedlicher Fachgebiete (Ärztinnen und Ärzte, Psychotherapeutinnen und Psychotherapeuten, Physiotherapeutinnen und Physiotherapeuten u. a.) und verschiedener Fachbereiche, wie Innere Medizin und Psychosomatik, um das Wohl der Patientinnen und Patienten. Immer werden neben den symptomatischen körperlichen Behandlungen auch die psychischen und sozialen Aspekte der Erkrankung mit einbezogen und behandelt. Multimodale Behandlungen in enger interdisziplinärer Zusammenarbeit können bereits nach kurzer Zeit zu erheblichen Verbesserungen des Gesundheitszustandes führen. „Die Privatklinik Jägerwinkel bietet verschiedene Gesundheits-Check-Ups an. Mögliche Herz-Kreislauf-Risiken lassen sich so frühzeitig erkennen und minimieren sowie ggf. bereits bestehende Erkrankungen behandeln. Grundsätzlich ist es das Ziel, die körpereigenen Kräfte der Patientinnen und Patienten zu aktivieren und den Organismus nachhaltig zu stärken, um das Risiko einer erneuten Erkrankung oder Folgeerkrankungen zu vermindern“, erklärt Dr. med. Hofschneider.

Weitere Informationen zur Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee:

<https://www.jaegerwinkel.de/>

Über die Privatklinik Jägerwinkel am Tegernsee: Die Klinik, die zur Oberberg Gruppe gehört, bietet von Prävention über Therapie bis Rehabilitation ein breites Therapiespektrum basierend auf einem interdisziplinären Behandlungsansatz, der modernste medizinische Erkenntnisse mit einer ganzheitlichen Herangehensweise vereint. Mit einer Spezialisierung auf die Bereiche Orthopädie, Innere Medizin, Kardiologie und Psychosomatik bietet das Team kompetente Hilfe und Heilung zu wesentlichen Gesundheitsthemen unserer Zeit.

Mehr unter www.jaegerwinkel.de.

Über die Oberberg Gruppe: Die Oberberg Gruppe mit Hauptsitz in Berlin ist eine vor mehr als 30 Jahren gegründete Klinikgruppe mit einer Vielzahl an Fach- und Tageskliniken im Bereich Psychiatrie, Psychosomatik und Psychotherapie an verschiedenen Standorten Deutschlands. In den Kliniken der Oberberg Gruppe werden Erwachsene, Jugendliche und Kinder in individuellen, intensiven und innovativen Therapiesettings behandelt. Darüber hinaus existiert ein deutschlandweites Netzwerk aus Oberberg City Centers, korrespondierenden TherapeutInnen und Selbsthilfegruppen.

Mehr unter: www.oberbergkliniken.de