

WIE ANGEHÖRIGE VON KRANKEN MITLEIDEN

Die große Angst ums Herz

Wer ein krankes Herz hat, lebt nach der Diagnose anders weiter – oft mit der ständigen Angst vor einem Infarkt. Darunter leiden auch Angehörige. Die Geschichte einer Familie aus München, für die ein Tag vor gut zwei Jahren alles veränderte.

VON FRANZISKA BÄR

Jolanka Weis wollte vergessen. Doch an diesen Anruf wird sie sich immer erinnern. Es war der 24. November 2012, ein Samstagabend. Sie kam gerade vom Gassigehen mit dem Familienhund zurück, da sah sie, dass jemand auf den Anrufbeantworter gesprochen hatte. Eine Nachricht aus dem Krankenhaus – mit der Bitte um Rückruf, mehr nicht. Jolanka Weis wählte die Nummer. Dann wurde alles anders.

Ihr Mann Rolf läge im Koma, sagten sie ihr. Ein Herzinfarkt. Sie solle sofort kommen. Jolanka Weis rannte los, sie war allein, Tochter Daniela war mit ihrem Freund unterwegs. Irgendwann kam Jolanka Weis in der Klinik an, stand am Bett ihres Mannes, blickte zu ihm hinab. „Nur Schläuche für die Beatmung, er war so aufgeschwollen“, sagt sie heute. Mehr will sie nicht erzählen: „Sonst kommen all diese Erinnerungen wieder hoch.“ Jolanka Weis will immer noch vergessen. Doch das geht nicht, denn der Infarkt war erst der Anfang.

Wenn jemand die Diagnose „herzkrank“ bekommt, dann leidet seine Familie mit: Sie bangt, sie hofft, sie lebt immer in der Angst vor dem nächsten Herzinfarkt. Einen solchen erleiden jährlich rund 300 000 Deutsche, diese Zahl nennt die Deutsche Herzstiftung. Knapp zwei Drittel davon sind Männer. Doch bei einem Infarkt bleibt es oft nicht. Meist war das Herz schon vorher krank, und ein großer Infarkt führt nicht selten zu einer Herzschwäche oder einer Klappenerkrankung. Während dann die Patienten versorgt werden, fühlen sich die Angehörigen schon mal allein gelassen – und wünschen sich mehr Informationen (siehe Kasten). „Ich wusste oft nicht, wie ich helfen kann“, sagt auch Jolanka Weis. Sie ist heute 59, die erwachsene Tochter Daniela 20 Jahre alt. Und auch sie spürt diese ständige Angst seit jenem Samstagabend.

Damals kommt sie mit ihrem Freund ins Krankenhaus. „Als ich dem Schild ‚Intensivstation‘ folgen sollte, da dachte ich, es ist aus“, erzählt sie. Ihr Vater Rolf bekommt davon nichts mit. Zehn Tage lang liegt er im künstlichen Koma – für seine Familie die schlimmste Zeit überhaupt. „Wir wussten ja nicht, was passiert“, sagt die Tochter. Sie wussten nur, was schon passiert war. Und dass der Famili-



Die Familie hält zusammen: Nur knapp hat Rolf Weis (55) einen schweren Herzinfarkt vor zweieinhalb Jahren überlebt, danach arbeitete seine Herzklappe nicht mehr richtig. Der Zusammenhalt zwischen ihm, Ehefrau Jolanka (l.) und Tochter Daniela ist seither noch intensiver geworden. FOTO: G. BODMER

envater durch einen großen Zufall überlebt hatte.

Am 24. November 2012 wollte Rolf Weis, inzwischen 55, nicht allein zuhause sitzen. Seine Frau war in der Arbeit, die Tochter mit ihrem Freund zusammen – also ging er einkaufen. In seiner Tüte fanden sich später Auberginen und ein Lottoschein; Rolf Weis weiß davon aber nichts mehr. „Alles, was zehn Minuten vor dem Infarkt passiert ist, ist wie weggelescht“, sagt er heute. Bis zuletzt hielt er sich für kerngesund.

Fakt ist: Wenige Minuten nach seinem Einkaufsbummel sackt er in die Knie, kippt mit der Stirn auf die Straße. Ein Arzt und eine Medizinstudentin retten ihm das Leben – sie laufen hinter ihm auf dem Gehsteig, rein zufällig. Sie beleben Rolf Weis wieder, mitten auf der Straße und mithilfe eines Defibrillators, den die Studentin aus der U-Bahn-Station holt. Das erzählt man ihm später.

Während Rolf Weis dann im Koma liegt, herrscht in der Familie Ausnahmezustand. Mutter Jolanka fragt immer wieder bei den Ärzten nach, verbringt die meiste Zeit im Krankenhaus, an der Seite ihres Mannes, und sobald sie daheim ist,

recherchiert sie im Internet. Die Zahlen, die sie dort findet, sind ernüchternd: Mehr als 52 000 Menschen sind in Deutschland 2011 an einem Herzinfarkt gestorben, so steht es in einer Studie der Deutschen Herzstiftung. „Ich habe nächtelang gelesen, denn schlafen konnte ich ja sowieso nicht“, erzählt Jolanka Weis heute.

Dann, endlich, wird Rolf Weis aus dem künstlichen Koma geholt. Das Erste, was er vor sich sieht, ist ein dünner Faden – damit haben sie ihm eine Platzwunde an der Stirn genäht, die ist beim Sturz entstanden. Rolf Weis erholt sich langsam, wird von der Intensivstation auf die normale Station verlegt, fängt wieder an, mit seiner Gitarre Musik zu machen. Die Familie ist glücklich. Irgendwann verlässt Rolf Weis das Krankenhaus, geht zur Reha, kommt wieder nach Hause. Alles scheint gut.

Doch Wochen später ein Rückschlag nach dem anderen: Zunächst erleidet Rolf Weis einen weiteren Infarkt. Diesmal wird er aber nicht bewusstlos, die Familie kann reagieren, bringt ihn sofort zum Arzt. Dann das Nächste: Eine von Rolf Weis' Herzklappen, die sogenannte Mitral-

Hier gibt es Informationen für Angehörige

Das **Deutsche Herzzentrum München** (DHM) veranstaltet am kommenden **Samstag, 9. Mai, ab 9 Uhr** einen Informationstag für Patienten und Angehörige. Titel: **„Behandlung von Herzklappenfehlern“** (Ort: Hörsaal, Lazarettstraße 36 in München). Im Fokus stehen Experten-Vorträge über die **Funktionsweise des Herzens** und über **Herzklappen-Erkrankungen**. Zudem werden verschiedene **Behandlungsweisen** vorgestellt.

Das Programm im **Kurz-Überblick**:

- 9 Uhr:** Funktionsweise der Herzklappen und deren Erkrankungen
- 9.30 Uhr:** Interventionelle Behandlung der Aortenklappe (Klappe zwischen linker Herzkammer und Aorta)
- 10 Uhr:** Operative Behandlungsmöglichkeiten der Aortenklappe – Rekonstruktion oder Ersatz?
- 11 Uhr:** Herzschwäche – Ursachen und Diagnose
- 11.30 Uhr:** Interventionelle Behandlung der Mitralklappe (Klappe zwischen linkem Vorhof und linker Herzkammer)
- 12 Uhr:** Operative Behandlungsmöglichkeiten der Mitralklappe
- 12.30 Uhr:** Abschluss-Diskussion und Zusammenfassung

Der Eintritt ist kostenlos. Weitere Infos rund ums Herz und zur Veranstaltung gibt es im Internet unter www.herzklappenhilfe.de.

F. Bär



Wie ein Netz umspinnen die Herzkranzgefäße die Muskelpumpe. Sie sind die Kraftstoffleitungen des Herzens. Engstellen darin schwächen das Organ. Zu einem Infarkt kommt es, wenn eines der Gefäße verstopft. GRAFIK: HERZSTIFTUNG

So halten Sie Ihr Herz gesund

Ein Herzinfarkt ereilt einen nur scheinbar aus voller Gesundheit. Meist entsteht er als Folge einer Arteriosklerose, dann haben sich überall im Körper gefährliche Ablagerungen in den Blutgefäßen gebildet. Umso wichtiger ist es, das Herz davor zu schützen.

Ein Risikofaktor: zu hohe Blutfettwerte. Sind Triglyzeride und LDL-Cholesterin erhöht, bilden sich leichter solche Ablagerungen – besonders, wenn man auch noch raucht. Selbst Gesunde sollten ihre Blutfette hin und wieder kontrollieren lassen. Das gilt noch mehr, wenn bereits nahe Angehörige an Erkran-

kungen des Herz-Kreislauf-Systems leiden; manchmal liegen Fettstoffwechsel-Störungen in der Familie. Bei stark erhöhten Werten und Vorerkrankungen können Medikamente nötig sein. Denn nicht immer lassen sich die Werte durch eine gesündere Ernährung in den Griff bekommen.

Die ist übrigens ein Muss für ein gesundes Herz: Schon allein, um Übergewicht und Diabetes vorzubeugen, die ebenfalls Herz-Kreislauf-Erkrankungen fördern. Zu einer gesunden Kost gehört viel Gemüse, etwas Obst und öfter mal Seefisch. Pflanzliche Öle sollte man tierischen Fetten

vorziehen, muss sich deshalb aber nicht gleich die Butter vom Brot nehmen lassen. Allerdings übertreibt man es damit – genau wie mit Fleisch und Süßem – besser nicht.

Dafür sollte man sich umso mehr bewegen: Sport hält das Herz fit, die Blutgefäße elastisch, beugt Ablagerungen darin vor und hilft, einen erhöhten Blutdruck zu senken. Selbst wer bereits herzkrank ist, sollte seine Tage daher nicht auf der Couch verbringen. Wie viel er seinem Herz zumuten darf, bespricht er am besten mit seinem Arzt.

Gift für Herz und Gefäße ist auch ein dauerhaft erhöhter

Blutdruck, den man aber nicht spürt. Darum sollten ihn auch Gesunde hin und wieder prüfen lassen. Zu hoch ist er etwa ab Werten von 140 zu 90 mmHg. Was noch in Ordnung ist, fragt man aber besser ebenfalls seinen Arzt. Denn das ist abhängig vom Alter und von Vorerkrankungen. Auch den Blutzucker sollte man ab und zu kontrollieren lassen. Übrigens: Gesetzlich Krankenversicherte haben ab 35 Jahren alle zwei Jahre Anspruch auf einen großen Gesundheits-Check, der unter anderem der Früherkennung von Herz-Kreislauf-Erkrankungen dient. ANDREA EPPNER

klappe, schließt nicht mehr richtig – überall im Körper lagert sich Wasser ein. „Etwa zwölf Liter waren das insgesamt“, erzählt Jolanka Weis. Das meiste in der Lunge und den Beinen. „Die Beine, da konnte man zusehen, wie die dicker wurden. Und er hat so schwer geschnauft.“

Als seine Herzklappe immer schlechter funktioniert, Rolf Weis die wenigen Meter zwischen Sofa und Küche kaum mehr schafft, muss er wieder ins Krankenhaus. Für seine Familie beginnt erneut eine Zeit der Ungewissheit. Bei einem neuerlichen Eingriff wird Rolf Weis' Herzklappe mit einem Clip geschlossen, dem sogenannten MitraClip, einer Art fingernagelgroßer Wäscheklammer. Es geht ihm danach viel besser.

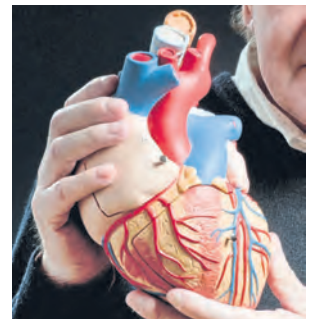
Früher hatte Jolanka Weis keinen Grund zur Sorge um ihren Mann. Aber seit jenem Samstag 2012, als sie im Dunkeln nach Hause kam, auf dem Küchentisch nur eine leere Kaffeetasse erblickte und später der Anruf aus der Klinik folgte – seither ist sie in Alarmbereitschaft. Jeden Tag. Und sie leidet stets mit. Manchmal stellt sie sich auch die Frage: „Was ist, wenn ich ihn mal nie wieder bekomme?“ Dann schweigt sie.

DIE NEUE HERZ-SERIE

Das Herz ist der Motor des Körpers. Doch auch eine starke Pumpe kann mal streiken. Was dann hilft, lesen Sie ab 11. Mai in unserer Herz-Serie, die montags auf der Lebensseite erscheint.

Teil 1: Das Herz und seine Schwachstellen

Es arbeitet Tag und Nacht, ohne Pause – und leistet Gewaltiges: Das Herz ist ein Rekordorgan. Doch es hat auch Schwachstellen. Wo sie liegen und wie das Herz funktioniert, erfahren Sie zum Auftakt der Serie am 11. Mai von dem Münchner Herzforscher Professor Ulrich Pohl.



Starke Pumpe: das Herz. DPA

Teil 2: Eine Umleitung für die Herzgefäße

Wie jeder Motor braucht das Herz genug Treibstoff: Blut. Sind die Herzkranzgefäße stark verengt, muss eine Umleitung dafür her. Ein solcher Bypass lässt sich oft am schlagenden Herzen legen. Wie das geht, erfahren Sie am 18. Mai von Herzchirurg Professor Walter Eichinger.



Operation am Herzen. DPA

Teil 3: Leben mit dem eingebauten Notarzt

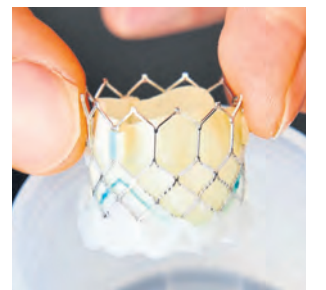
Ein schwaches Herz gerät leichter aus dem Takt. Das Risiko für Kammerflimmern steigt. Dann kann ein implantierbarer Defibrillator das Leben retten. Was Sie dazu wissen müssen, erfahren Sie am 1. Juni von den Herzexperten Professor Karl-Ludwig Laugwitz und Dr. Simon Schneider.



Aggregat eines Defis. FKN

Teil 4: Eine neue Herzklappe ohne OP

Sie verhindern, dass das Blut in die falsche Richtung fließt: die Herzklappen. Welche es gibt, wie sie funktionieren – und welche Klappen man heute ohne Operation mithilfe des Herzkatheters ersetzen kann, das erklärt Ihnen am 8. Juni der Kardiologe Professor Steffen Massberg.



Ersatz der Herzklappe. MS



Sein Herz hält man am allerbesten mit Sport und gesunder Ernährung fit. Manchmal sind auch Tabletten nötig. DPA