

# Herzrhythmusstörungen

Interview mit Dr. med. Kurt Johannes Schmieg

von Klaus Arendt



**„Herzrhythmusstörungen sind Veränderungen der Herzschlagfolge durch Erregungsbildungs- und/oder Erregungsleitungsstörungen. Ausgelöst werden diese durch Erkrankungen des Herzens wie oronarinsuffizienz, Herzinfarkt, Entzündungen sowie nichtkardiale Erkrankungen wie Elektrolytstörungen oder hormonelle Erkrankungen. Eine damit einhergehende Frequenzbeschleunigung und -verlangsamung ist keine Seltenheit.“ (DIE ZEIT, das Lexikon in 20 Bänden, Band 06, Seite 378)**

**TRITIME – Das Triathlon-Magazin wollte es genauer wissen und unterhielt sich mit dem in Freiburg praktizierenden Facharzt für Innere Medizin, Kardiologie, Diabetologie und Sportmedizin, Dr. Kurt Johannes Schmieg.**

**Arendt: Zu welchen Anpassungen des gesunden Nervensystems führt regelmäßiger Ausdauersport?**

**Dr. Schmieg:** Bei Ausdauersportlern ist ein breites Spektrum von physiologischen, also normalen Anpassungsreaktionen als Folge des regelmäßigen Ausdauertrainings festzustellen. Häufig ist der sogenannte „langsame Herzschlag“ (Bradykardie), der durch ein Überwiegen des parasympathischen Anteils des unwillkürlichen Nervensystems entstehen kann. Diese Art von Anpassungsreaktion ist im Ruhe-Elektrokardiogramm (EKG) relativ einfach zu identifizieren und kann zu Herzfrequenzen unter 30 Schlägen pro Minute führen. Pausen zwischen einzelnen Herzschlägen von bis zu drei Sekunden sind keine Seltenheit. Typisches Kennzeichen ist dabei der adäquate Herzfrequenzanstieg unter körperlicher Belastung. Eine längere Sportabstinenz wiederum kann zu einem höheren Ruhepuls führen.

**Arendt: Und wie entstehen Herzrhythmusstörungen?**

**Dr. Schmieg:** Zum allgemeinen Verständnis: Die Stromkurvenlinie des EKG repräsentiert die Impulstestung und Weiterleitung über die ana-

tomisch definierten Nervenleitungsbahnen des Herzens. Einfach ausgedrückt können bei der Impulstestung, der Impulsweiterleitung oder bei beiden gleichzeitig Störungen auftreten. Der Herzschlag wird dadurch – streng vereinfacht ausgedrückt – zu langsam (bradykard) oder zu schnell (tachykard). Gefährlich sind diese Störungen vor allem dann, wenn dem eine organische Herzerkrankung wie zum Beispiel eine Schwäche des Herzmuskels zugrunde liegt.

**Arendt: Wie verhalte ich mich, wenn Symptome wie Schwindel, Kollaps oder Kurzatmigkeit auftreten?**

**Dr. Schmieg:** Prinzipiell sollte jedes dieser Symptome ernst genommen werden, denn es kann sich immer eine Herzrhythmusstörung dahinter „verbergen“. Unabhängig davon, ob sich diese durch einen zu langsamen oder zu schnellen Herzschlag zeigt. Insbesondere dann, wenn unter körperlicher Belastung eine Störung auftritt, sich diese verschlimmert oder sich im Rahmen eines Infektes neu manifestiert, ist eine weitere Abklärung zwingend angezeigt.

**Arendt: In diesem Fall ist es also ratsam, beim Kardiologen vorstellig zu werden.**

**Dr. Schmieg:** Unbedingt. Neben einer gründlichen körperlichen Untersuchung und Anamneseerhebung, die auch die Familienvorgeschichte beinhalten sollte, einer EKG-Aufzeichnung in Ruhe und unter Belastung ist die Echokardiographie zum Ausschluss einer strukturellen Herzerkrankung unverzichtbar. Ein Langzeit-EKG über mindestens 24 Stunden unter typischen Belastungsbedingungen dient der genauen Erfassung der Rhythmusstörung. Unauffällige Untersuchungsergebnisse lassen eine strukturelle Herzerkrankung oder höhergradige Rhythmusstörungen eher unwahrscheinlich erscheinen. Entsprechend den Empfehlungen der Fachgesellschaften kann dann in den meisten Fällen von einer normalen körperlichen Belastbarkeit ausgegangen werden. Auffälligen Befunden jedoch schließen sich weiterführende Untersuchungen an. Rhyth-

# Wegebrot®

Backmischung für Kraftriegel  
und Kleingebäck

www.rossbach-photography.com



„Mit Wegebrot  
läuft's rund“ *Andrea Brede, Triathlon*

**Wegebrot®**  
– Kraftriegel  
zum Selberbacken!

Wegebrot® punktet mit zahlreichen Eigenschaften, die gerade dem Sportler zugute kommen:

- **glutenfrei**
- **ohne künstliche Zusatzstoffe**
- **leicht verdaulich**
- **ballaststoffreich**
- **energiereich**



Wegebrot® ist der perfekte Wegebegleiter  
für Sportler, Schüler, im Beruf  
und für die ganze Familie.

Jentschura International GmbH · D-48163 Münster  
Tel.: +49 (0) 25 36-33 10-0 · [www.p-jentschura.com](http://www.p-jentschura.com)

Informationen und zahlreiche Rezeptideen  
in abwechslungsreichen Geschmacksrichtungen  
finden Sie im Internet:

[www.wegebrot.com](http://www.wegebrot.com)

musstörungen, die unter Belastung zunehmen, sind verdächtig auf eine strukturelle Herzerkrankung und sollten in jedem Falle einer weiterführenden Diagnostik zugeführt werden. Rein statistisch gesehen steigt hier das Risiko, während der körperlichen Belastung an einer gravierenden Herzrhythmusstörung zu versterben, deutlich an.

**Arendt: Der „plötzliche Herztod“ im Training oder Wettkampf ist also der schlimmstmögliche Verlauf einer Herzrhythmusstörung?**

**Dr. Schmieg:** Ja, der „absolute Super-Gau“. Bei jungen Sporttreibenden überwiegen strukturelle Herzerkrankungen (z. B. die krankhafte Herzmuskelverdickung, die sogenannte „hypertrophe Kardiomyopathie“) oder infektiöse Herzmuskelerkrankungen (siehe TRITIME Ausgabe 1-2009, Seite 64 f.). Mit zunehmendem Alter tritt die arteriosklerotisch bedingte „koronare Herzerkrankung“ mit der möglichen Folge eines tödlichen Herzinfarktes in den Vordergrund.

**Arendt: Gibt es „Vorboten“, die auf einen plötzlichen Herztod hinweisen?**

**Dr. Schmieg:** Untersuchungen zeigen, dass etwa 40 Prozent der „plötzlich verstorbenen Sportler“ zuvor über leider meist unspezifische Symptome geklagt hatten. Dies unterstreicht die Bedeutung und die Filterfunktion der sportmedizinischen Untersuchungen, wie sie auch von mir in Anlehnung an die Leitlinien der „Deutschen Gesellschaft für Sportmedizin“ in der täglichen Praxis durchgeführt werden. Auf diesem Wege können organisch krankhafte Befunde am Herz-Kreislauf-System mit hoher Wahrscheinlichkeit festgestellt wer-



den. Gerade nach längeren Sportpausen, häufigen Infekten und im höheren Alter sollte der Gang zum Experten nicht gescheut werden.

**Arendt: Ich selbst kann also gefährliche von ungefährlichen Rhythmusstörungen nicht unterscheiden!**

**Dr. Schmieg:** Nein, keinesfalls. Das könnte „ins Auge gehen“.

**Arendt: Eine abschließende Frage: Existieren Therapiemöglichkeiten?**

**Dr. Schmieg:** Die Behandlung hängt entscheidend von der Art der Rhythmusstörung ab. Sie setzt eine differenzierte Diagnostik voraus und reicht von einfachen Verhaltensregeln wie die Meidung spezieller Auslöse-Situationen, weiter über diverse medikamentöse Therapiemöglichkeiten bis hin zu komplexen Herzschrittmachersystemen und Herzkatheteruntersuchungen.

**Arendt: Herr Dr. Schmieg, ich danke Ihnen für das Gespräch.**