

Das gebrochene Herz

Prof. Dr. med. Thomas Meinertz,
Kardiologisch-Internistische Praxis Meinertz & Jäckle, Hamburg

Jeder denkt, wenn von gebrochenem Herzen die Rede ist, an einen Zustand des Herzens aus menschlicher Enttäuschung, unerfüllter Liebe, Trauer um den Verlust eines geliebten Menschen oder als Folge einer unerträglichen Belastungssituation. Können solche Verletzungen der Seele zu einer Schädigung des Herzens, zum Herzinfarkt oder vorzeitigen Herztod führen? In der Dichtung gibt es hierfür zahlreiche Beispiele. Die Dichter wussten schon immer, was starke Gefühle anrichten können, während die medizinische Forschung das erst Ende des 20. Jahrhunderts erkannt hat, als die Tako-Tsubo-Kardiomyopathie entdeckt wurde (s. S.8).

So taucht das gebrochene Herz aus existenziellem Leid, infolge von Verrat und Katastrophen immer wieder in den Werken Shakespeares auf. In der Tragödie *Macbeth* (1608) macht Shakespeare deutlich, wie notwendig es ist, seine Schmerzen zu artikulieren:

Gib Worte Deinem Schmerz:

Gram, der nicht spricht,
presst das beladene Herz,
bis dass es bricht.

Mignon, das rätselhafte Mädchen in Goethes *Wilhelm Meisters Lehrjahre* (1795/96), stirbt an den Folgen der enttäuschten Liebe. Diese äußern sich in Herzkrämpfen, die eindrucksvoll im Gedicht geschildert werden. Sie erinnern an Angina pectoris durch Verkrampfung der kleinen Herzkranzgefäße.

Heimlich muß ich immer weinen,
Aber freundlich kann ich scheinen
Und sogar gesund und rot;
Wären tödlich diese Schmerzen
Meinem Herzen,
Ach, schon lange wär ich tot.

Dieser Todeswunsch des gebrochenen Herzens geht im Roman in Erfüllung.



In Richard Wagners Oper *Tristan und Isolde*
erleidet Isolde den plötzlichen Herztod
aus Trauer um den Geliebten
Daria Hlazarova: *Tristan und Isolde*, 2014

Eine spielerische Facette des gebrochenen Herzens findet bei Goethe im „Eis-Lebens-Lied“, das seiner Liebe Lili Schönemann gewidmet ist, ihren Niederschlag.

Sorglos über die Fläche weg,
Wo vom kühnsten Wager die Bahn
dir nicht vorgegraben du siehst,
Mache dir selber Bahn!
Still, Liebchen, mein Herz!
Kracht's gleich, bricht's doch nicht!
Bricht's gleich, bricht's nicht mit dir!

Alles bleibt offen, was kracht, was
bricht – die Eisdecke, das Herz
oder die Beziehung!

Auch Heinrich Heine, der sich mit Ironie und Witz gegen die Zumutungen des Lebens zu schützen suchte, machte die Erfahrung des gebrochenen Herzens:

Ein Jüngling liebt ein Mädchen (1822)

Ein Jüngling liebt ein Mädchen,
Die hat einen andern erwählt;
Der andre liebt eine andre,
Und hat sich mit dieser vermählt.

Das Mädchen heiratet aus Ärger
Den ersten besten Mann,
Der ihr in den Weg gelaufen;
Der Jüngling ist übel dran.

Es ist eine alte Geschichte,
Doch bleibt sie immer neu;
Und wem sie just passieret,
Dem bricht das Herz entzwei.

Wie sehr Trennung Seele und Herz verletzen kann, zeigt das Gedicht von Eduard Mörike. Es ist eine besonders schmerzliche Form der Trennung, die auch heute viele Menschen durchleben müssen. Nicht unüblich ist es ja, die Entscheidung, den anderen zu verlassen, einfach per E-Mail oder WhatsApp mitzuteilen. Ganz problemlos und unbeschwert, während der oder die Verlassene seelisch vernichtet zurückbleibt.

Lebe wohl (1833)

„Lebe wohl“ – Du fühlst nicht,
Was es heißt, das Wort der Schmerzen.
Mit getrostem Angesicht
Sagtest du's und mit leichtem Herzen.
„Lebe wohl“ – ach tausendmal
Hab ich mir es vorgesprochen
Und mit nimmersatter Qual
Mir das Herz damit gebrochen.

Auch in dem Gedicht von Hannah Arendt geht es um Trennung. Niemand hatte geahnt, dass sie, die als Philosophin und Politologin weltweit berühmt ist, Gedichte schrieb. Sie waren nicht für die Veröffentlichung bestimmt, sondern ein Tagebuch der Seele. Deshalb wurden ihre Gedichte so spät entdeckt, dass sie erst 2015 publiziert werden konnten.

Ohne Titel (1952)

Zwei Jahre in ihren Gezeiten
Von Stunden und Tagen erfüllt.
Sie kommen und sie entgleiten
Im Gischt, der das Schiff umspült.

Erst trugen sie mich über die Wellen,
Entfalteten dann groß ihren Schmerz.
Nun lassen sie mich ohne Gesellen
Zurück mit vereinsamtem Herz.



Was ist ein gebrochenes Herz naturwissenschaftlich?

Schaut man in einem Lexikon der Medizin nach, wird man den Begriff *gebrochenes Herz* nicht finden. Das gebrochene Herz ist kein naturwissenschaftlicher Begriff.

Der Begriff *The Broken Heart*, gebrochenes Herz, findet sich zum ersten Mal in der medizinischen Literatur als Titel eines Buches von James J. Lynch (1976). Der Untertitel *The medical consequences of loneliness* weist auf den Inhalt dieses damals aufsehenerregenden Buches hin: Einsamkeit, Bindungslosigkeit und der Verlust einer festen Partnerbeziehung führen zu vorzeitiger Herzkrankheit und zur Verkürzung des Lebens.

Heute versteht man unter dem gebrochenen Herzen im medizinischen Sinn eine besondere Form des akuten Herzversagens. Schon lange ist bekannt, dass übermäßiger Stress bei Tieren zu akutem Herzversagen führen kann. Bei Menschen kennt man bei hormonproduzierenden Tumoren des Nebennierenmarks, die extrem viel Stresshormone ausschütten, ein ähnliches, sehr seltenes Krankheitsbild.

Erst in den 90er-Jahren des letzten Jahrtausends wurde in verschiedenen Ländern eine merkwürdige Krankheit beschrieben. Heute ist diese Krankheit in aller Munde, und es gibt keinen Kardiologen, der sie noch nicht beobachtet hat. Die Krankheit heißt *Tako-Tsubo* oder *Stress-Kardiomyopathie*.

Seit der ersten Beschreibung in den 1990er-Jahren wird diese Krankheit häufiger beobachtet. Obwohl sie, was die Beschwerden betrifft, mit dem akuten Herzinfarkt Ähnlichkeit hat, unterscheidet sie sich in Entstehung, Therapie und Prognose vom Herzinfarkt.

Was macht das Besondere dieser Krankheit aus?

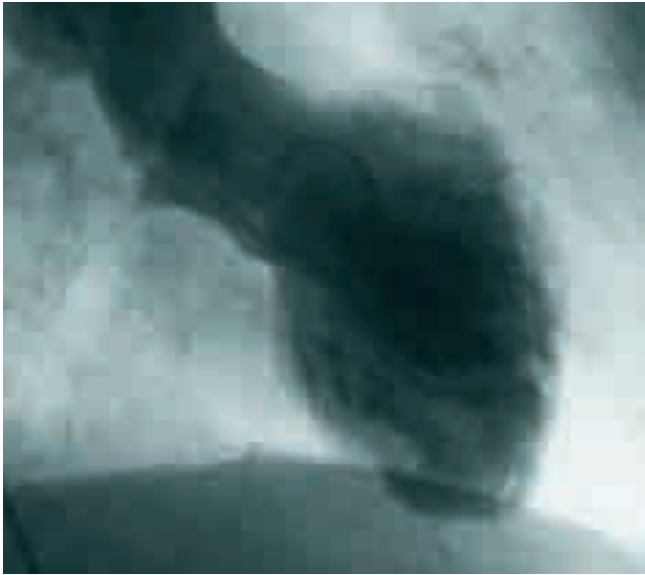
Nach dem Beschwerdebild ähnelt es dem akuten Herzinfarkt: starke Brustschmerzen, Übelkeit, Todesangst und Schweißausbruch.

Man schätzt, dass diese Krankheit bei etwa 1% aller Patienten vorliegt, die wegen eines Verdachts auf Herzinfarkt notfallmäßig ins Krankenhaus kommen.

Die Unterscheidung zum akuten Herzinfarkt ist ohne eine Darstellung der Herzkranzgefäße mit Kathetertechnik nicht möglich. Im Gegensatz zum Herzinfarkt besteht bei der Stress-Kardiomyopathie kein Verschluss eines Herzkranzgefäßes durch ein Blutgerinnsel. Es findet sich dagegen eine meist ausgedehnte Wandbewegungsstörung der linken Herzkammer. Dabei liegt diese häufig im Bereich der Vorderwand und Herzspitze mit Übergreifen auf die Hinterwand. Deutlich seltener kommen derartige Wandbewegungsstörungen in anderen Bereichen der linken Herzkammer vor.

Warum ist es so wichtig, zwischen einem akuten Herzinfarkt und einer akuten Stress-Kardiomyopathie zu unterscheiden?

Aufgrund der völlig unterschiedlichen Entstehung ist auch die Therapie verschieden. Während beim akuten Herzinfarkt das Herzkranzgefäß durch ein Blutgerinnsel verschlossen und die Therapie darauf gerichtet ist, durch Kathetertechnik möglichst rasch den normalen Blutfluss wiederherzustellen, besteht bei der Stress-Kardiomyopathie kein Gefäßverschluss. Der Blutfluss in allen Herzkranzgefäßen ist normal. Auch hier kommt es darauf an, sofort die 112 anzurufen, damit so schnell wie möglich lebensbedrohende Herzrhythmusstörungen beseitigt werden können und die Herzschwäche gemildert werden kann.



Bei der Tako-Tsubo-Kardiomyopathie ist die Pumpfunktion der linken Herzkammer durch eine ballonartige Verformung der Herzspitze schwer eingeschränkt.

Was ist so bemerkenswert an dieser Krankheit?

Sie tritt vorwiegend bei Frauen nach der Menopause auf. Warum gerade Frauen betroffen sind, ist unbekannt.

Kann man sich vor einem Rückfall schützen?

Beim Herzinfarkt kann man sich durch Medikamente vor einem weiteren Herzinfarkt schützen. Bei der Tako-Tsubo-Kardiomyopathie gibt es keine vor einem neuen Anfall schützenden Medikamente.

Aber es gibt die Möglichkeit, sich mit Entspannungstechniken gegen den Stress durch überwältigende Gefühle zu wappnen: Atemgymnastik, progressive Muskelentspannung, Tai-Chi, Qigong, auch bestimmte Formen von Yoga etc. Allerdings müssen diese Techniken so gut eingeübt sein, dass man sie in einer Stresssituation sofort erfolgreich einsetzen kann, um eine Tako-Tsubo-Attacke zu verhindern.

Wodurch kommt es zu dieser Krankheit?

Bei einer akuten und schweren Stressreaktion werden Stresshormone ausgeschüttet, die den Herzmuskel schädigen. Dabei kann der Stress seelisch, körperlich oder auch durch Lebensumstände wie operative Eingriffe bedingt sein. Die häufigsten seelischen Auslöser sind: Trauer, Verlust eines geliebten Menschen, Angststörungen, zwischenmenschliche Konflikte und große finanzielle Probleme. Die Schädigung des Herzmuskels kann zu Komplikationen führen, ja in seltenen Fällen sogar tödlich sein. Zu den wichtigsten Komplikationen dieser Krankheit gehören akute Herzschwäche, schwerwiegende Herzrhythmusstörungen sowie eine Blutgerinnselbildung in der linken Herzkammer.

Woher rührt der seltsame Name dieser Krankheit?

In japanischer Sprache bedeutet *Tako-Tsubo* Tintenfischfalle. Die betroffene linke Herzkammer (siehe oben) ähnelt im akuten Krankheitsstadium dem Fanggerät für Tintenfische.

Wie ist der Verlauf?

Bei der Mehrzahl der Patienten heilt die Krankheit ohne Folgen aus. In der Akutphase kann es zu tödlichen Komplikationen wie Herzversagen und schweren Herzrhythmusstörungen kommen. Die Langzeitprognose ist weniger günstig als früher angenommen. Es können Schäden wie Herzschwäche zurückbleiben, nicht selten kommen Rückfälle vor.

