



Dieser Artikel wurde ausgedruckt unter der Adresse: <http://www.ndr.de/ratgeber/gesundheit/Plötzliche-Ohnmacht-Nicht-immer-harmlos,ohnmacht101.html>

Stand: 11.04.2017 09:12 Uhr - Lesezeit: ca.3 Min.

Plötzliche Ohnmacht: Nicht immer harmlos

Jeder Dritte erlebt im Laufe seines Lebens eine Ohnmacht (Synkope). Oft ist die Ursache eine harmlose Fehlregulation des Kreislaufs. Doch in einem von zehn Fällen steckt eine ernste Krankheit dahinter, zum Beispiel eine Störung der Herzfunktion. Ob eine Ohnmacht harmlos oder gefährlich ist, lässt sich oft nur schwer unterscheiden. Viele Ärzte nehmen sich nach Einschätzung von Experten nicht genügend Zeit, die Ursachen dafür herauszufinden - dabei komme es zu häufig zu Fehldiagnosen.

Ohnmacht: Wenn der Kreislauf versagt

Symptome der Ohnmacht: Kreislauf oder Herz?

Eine Synkope ist für Ärzte eine diagnostische Herausforderung. Denn oft sind nach einer plötzlichen Ohnmacht das EKG und die Blutwerte völlig in Ordnung. Das sind die unterschiedlichen Symptome bei kreislaufbedingter und herzbedingter (kardialer) Ohnmacht:

- Eine **kreislaufbedingte Ohnmacht** kann mit Vorboten wie Sehstörungen, einem

MEHR ZUM THEMA

[Herz-Kreislauferkrankungen](#)

MEHR GESUNDHEIT



Was hilft gegen Verstopfung?

[Herzschwäche erkennen und behandeln](#)

[Bärlauch sammeln, zubereiten und lagern](#)

[Darmkrebs: Vorsorge mit immunologischem Test](#)

[Arthrofibrose: Schmerzen nach Gelenk-OP](#)

[Gesundheit Übersicht](#)

komischen Gefühl im Bauch, Kribbeln im Körper, Knacken und Rauschen im Ohr, Übelkeit und leichten Zuckungen einhergehen. Oft wird sie fälschlicherweise für eine Epilepsie gehalten. Sie kommt schnell und dauert nur kurz an. Danach sind die Patienten wieder fit.

- Eine **kardiale Ohnmacht** tritt meist ohne Vorboten auf. Der Blutdruck sackt ab und mitunter bleibt das Herz sogar für mehrere Sekunden stehen. Eine Ohnmacht, die in einen Herzstillstand übergeht, ist lebensgefährlich.

Fehlregulation des Kreislaufs

Ursache einer kreislaufbedingten Ohnmacht ist meist ein zu niedriger Blutdruck (Hypotonie), vor allem bei großen und schlanken Menschen. Ausgelöst wird diese Form der Ohnmacht zum Beispiel durch einen heftigen Schreck, Luftdruckschwankungen oder den Anblick von Blut. Ob es sich um kreislaufbedingte Ohnmacht handelt, können Ärzte mit dem sogenannten Schellongtest herausfinden: Dabei liegen Betroffene auf einem Kipptisch, der abrupt aufgerichtet wird. Vor und nach dem Lagewechsel misst der Arzt Blutdruck und Puls. Steigt der Puls stark an, ist das ein Hinweis auf eine kreislaufbedingte Ohnmacht.

Störung der Herzfunktion

Die Ursachen für eine gestörte Herzfunktion sind zum Beispiel Herzrhythmusstörungen, eine Verengung der Aortenklappen, Schäden an den Herzkranzgefäßen oder am Herzmuskel. Bei wiederholten Ohnmachtsanfällen setzen Ärzte einen sogenannten Eventrekorder ein: Das Gerät wird unter örtlicher Betäubung unterhalb des Brustbeins unter die Haut geschoben und zeichnet danach drei Jahre lang die Herztätigkeit auf. Bei Auffälligkeiten funkt das Gerät die

NDR FERNSEHEN



Visite - Das Gesundheitsmagazin

Visite

Aktuelle Entwicklungen aus den Bereichen Medizin und Gesundheit. **mehr**

PODCAST



Radio-Visite

NDR Info

Jede Woche zwei

Beiträge über Ernährung, Gesundheit und Medizin. **mehr**

Visite bei NDR 1 Niedersachsen

NDR 1 Niedersachsen

Aktuelles aus Medizin und Gesundheit - jeden Monat neu. **mehr**

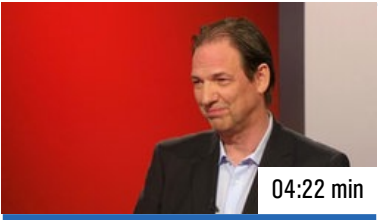
Daten an die behandelnden Ärzte. So lassen sich auch seltene Herzscheiden entdecken und behandeln. Wird die Ursache kardialer Ohnmachtsanfälle nicht behandelt, stirbt jeder zweite bis dritte Betroffene innerhalb der nächsten fünf Jahre.

Kreislaufbedingte Ohnmacht vorbeugen

Ist eine Schädigung des Herzens als Ursache ausgeschlossen, kann man einer kreislaufbedingten Ohnmacht mit diesen Maßnahmen vorbeugen:

- Regelmäßige **Bewegung** - am besten einmal täglich 15 bis 30 Minuten an der frischen Luft. Auch Saunagänge und abwechselnd warme und kalte Duschen können den Kreislauf in Schwung bringen. Wer lange stehen muss, kann das Absacken des Blutes in die Beine durch das Anlegen von Kompressionsstrümpfen verhindern.
- Leichte **Ernährung**, zum Beispiel mit Muntermachern wie Wasser, Saft und Kräutertees. Davon mindestens 2 bis 2,5 Liter pro Tag trinken. Eine Tasse Kaffee kurbelt den Kreislauf nur vorübergehend an. Schwere oder fetthaltige Speisen meiden. Ausreichend Salz essen - aber maximal sechs Gramm pro Tag.
- Bei häufigen Symptomen können spezielle **Medikamente** (Alpha-Agonisten) den Blutdruck anheben.
- Isometrische **Übungen** dienen zur Vorbeugung, können aber auch eine akut drohende Ohnmacht oft noch verhindern: Im Stehen die Beine kreuzen, dabei Bein-, Bauch- und Gesäßmuskeln anspannen. Danach mit einer Hand die andere greifen und in Brusthöhe mit beiden Armen in die Gegenrichtung ziehen. Zum Schluss einen Gummiball oder anderen Gegenstand in die Hand nehmen und kräftig drücken.

WEITERE INFORMATIONEN



Interview: Was hilft gegen Ohnmacht?

11.04.2017 20:15 Uhr

Visite

Was führt zur Ohnmacht? Wie lässt sich das "Umkippen" verhindern? Kardiologe Prof. Wilhelm Haverkamp erklärt die Ursachen und Therapien. **Video (04:22 min)**

Interviewpartner

Interviewpartner im Studio:

Univ. Prof. Dr. Wilhelm Haverkamp, Internist, Kardiologe
Stellv. Direktor Medizinische Klinik mit Schwerpunkt Kardiologie
Charité Centrum Herz-, Kreislauf- und Gefäßmedizin
Charité - Universitätsmedizin Berlin
Charitéplatz 1, 10117 Berlin
Campus Rudolf Virchow
Augustenburger Platz 1, 13353 Berlin
Tel. (030) 450553722
Internet: kardio-cvk.charite.de

Interviewpartner im Beitrag:

Dr. Matthias Lindenau, Facharzt für Neurologie & Psychiatrie
Neuer Wall 19, 20354 Hamburg
Tel. (040) 300 68 76-0, Fax (040) 300 68 76-40
Internet: www.neurologie-neuer-wall.de/dr-med-matthias-lindenau

Weitere Informationen:

Deutsche Herzstiftung e.V.

Bockenheimer Landstraße 94-96, 60323 Frankfurt/Main

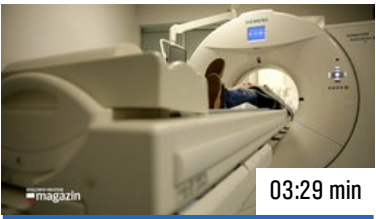
Tel. (069) 955 12 80, Fax (069) 955 12 83 13

Internet: www.herzstiftung.de

Dieses Thema im Programm:

Visite | 11.04.2017 | 20:15 Uhr

MEHR RATGEBER



**Neue Diagnosemethode
bei Schlaganfällen**



**Box soll Schimmel im Bad
verhindern**



**Tischdekoration zum
Osterfest**