

Beschwerden beim Atmen oder unter Stress

Herzschmerzen

Autor: Claudia Urban, Medizinautorin

Letzte Aktualisierung: 23. Januar 2020

Herzschmerz ist ein Symptom, das aufgrund einer Erkrankung des Herzens und der Blutgefäße, die das Herz versorgen (Herzkranzgefäße), ausgelöst werden kann. Herzschmerz kann sich je nach Ursache unterschiedlich äußern.



Beim Herzinfarkt treten Herzschmerzen ganz plötzlich auf. AdobeStock_93065998

Die Schmerzen können, wie etwa beim [Herzinfarkt](#), ganz plötzlich auftreten und bei den Betroffenen das Gefühl einer lebensbedrohlichen Situation und [Panik](#) auslösen.

Herzschmerzen bei Herzinfarkt und Angina pectoris

Leitsymptom des Herzinfarkts ist ein plötzlich auftretender, zumeist starker dumpfer und drückender Schmerz im Brustbereich, der oft mit einem Engegefühl verbunden ist, mehr als 20 Minuten anhält und in Arme, Schultern und Unterkiefer ausstrahlen kann. Oftmals werden die Herzschmerzen bei einem [Herzinfarkt: Frühwarnzeichen ernst nehmen](#) von Schweißausbrüchen, [Übelkeit](#), evtl. [Erbrechen](#) und [Schwindel](#) begleitet. Ebenso stellen sich die Schmerzen beim [Angina Pectoris](#) dar. Sie verschwinden hier jedoch in der Regel nach wenigen Minuten oder nach Einnahme von Nitroglyzerin, während sie beim Herzinfarkt länger anhalten und zu einem Absterben von Herzgewebe und einer dauerhaften Schädigung des Herzens führen.

Herzschmerzen und Brustschmerzen – ein Unterschied

Doch längst nicht immer steckt hinter den vermeintlichen Herzschmerzen ein Herzproblem bzw. eine **kardiale Ursache (kardial = das Herz betreffend)**. Es gibt viele Ursachen außerhalb des Herzens, die **Brustschmerzen (Thoraxschmerzen)** hervorrufen und die von Betroffenen mitunter als vermeintliche Herzschmerzen eingestuft werden. Dies können zum Beispiel Erkrankungen der Lunge, des Magens und der Speiseröhre oder des Muskel- und Skelettsystems sein. Mediziner sprechen dann von Brustschmerzen mit **extrakardialen Ursachen (extrakardial = außerhalb des Herzens)**. Manchmal können Herzschmerzen auch psychischen Ursprungs sein. Der Anteil der Ursachen von Brustschmerzen, die tatsächlich vom Herzen ausgehen, liegt Untersuchungen zufolge nur bei bis zu 16 Prozent (aktuelle Leitlinie **Brustschmerz**).

Auch wenn Brust- bzw. wahrgenommene Herzschmerzen nicht immer vom Herzen ausgehen, können sie mitunter Zeichen einer ernsten Erkrankung oder sogar lebensbedrohlichen Situation sein. Daher sollten sich Betroffene zur Abklärung der Ursache immer an einen Arzt wenden.

Herzschmerzen: Welche Ursachen stecken dahinter?

Hinter Schmerzen, die Betroffene als Herzschmerzen interpretieren, können viele Ursachen stehen. Tatsächlich sind es nicht immer Erkrankungen des Herzens oder des Herz-Kreislauf-Systems, die vermeintliche Herzschmerzen auslösen. Das sind die wichtigsten herzbedingten Ursachen für Herz- beziehungsweise Brustschmerzen:

- Koronare **Herzkrankheit (KHK)** mit Schmerzen im Brustraum (**Angina Pectoris**)
- **Herzinfarkt (Myokardinfarkt)** (Myokardinfarkt)
- **Herzklappenfehler** und -erkrankungen (Aortenklappenvitien)
- **Herzrhythmusstörungen**
- **Herzbeutelentzündung** (Perikarditis)
- **Herzmuskelentzündung** (Myokarditis)
- Herzmuskelerkrankungen (Kardiomyopathien)
- **Herzschwäche (Herzinsuffizienz)** (Herzinsuffizienz)

Andere Ursachen für Herzschmerzen bzw. Schmerzen in der Brust

Andere als herzbedingte Ursachen für Brustschmerz, die mitunter als Herzschmerzen fehlinterpretiert werden, sind zum Beispiel **Erkrankungen des Verdauungstrakts**. So kann in die Speiseröhre zurückfließende Magensäure **Sodbrennen** und ein starkes Brennen hinter dem Brustbein hervorrufen (gastroösophageale Refluxkrankheit). Auch Verletzungen der Speiseröhre oder eine **Gallenblasenentzündung** Gallenblase (Cholezystitis) können zu Brustschmerzen führen. Daneben können **Erkrankungen des Muskel- und Skelettsystems** Ursache für die Brustschmerzen sein (muskuloskelettale Ursache), etwa Muskelverspannungen oder Wirbelsäulen- und Gelenkbeschwerden, die in den Brustkorb ausstrahlen.

Darüber hinaus kommen auch **Erkrankungen der Lunge und des Brustfells** (Pleura) als Ursache für die Brustschmerzen in Frage, so etwa eine **Rippenfellentzündung** (Pneumonie bzw. Pleuritis) oder ein Gefäßverschluss in der Lunge (**Lungenembolie**).

Patienten können im Zuge von [Panikattacken \(Panikstörung\)](#), [Angst- und Panikstörungen](#) oder [Depressionen](#) Herzschmerzen empfinden. Mediziner bezeichnen dies als **psychogene oder auch funktionelle Ursachen** von Herzschmerzen. Daneben können andere Erkrankungen Ursache von Brustschmerzen sein, z.B. **Erkrankungen des Gefäßsystems** wie etwa die lebensgefährliche Aortendissektion, bei der es zu einem Einriss in der Wand der Hauptschlagader (Aorta) und dadurch zu einer Minderdurchblutung des Herzens und Herzschmerzen kommen kann.

Wichtige Unterscheidungskriterien

Typisch für **herzbedingte Brustschmerzen** (kardiale Ursachen) ist ein dumpfer Schmerz, gepaart mit Engegefühl in der Brust und Beklemmung, den Betroffene im linken, aber auch rechten Brustraum hinter dem Brustbein verspüren, und der in den (linken) Arm, den Unterkiefer, den Halsbereich, zwischen die Schulterblätter und in den Oberbauch ausstrahlen kann. Der Brustschmerz kardialen Ursprungs tritt häufig in Verbindung mit körperlicher oder psychischer Belastung, nach Kälteeinwirkung oder einer Mahlzeit auf und dauert wenige Minuten, seltener auch mehr als 20 Minuten (Herzinfarkt) an und kann von Herzrasen, Übelkeit, Blässe und Kreislaufproblemen begleitet sein.

Brustschmerzen extrakardialen Ursprungs sind meist hell, nadelstichartig und oberflächlich, manchmal brennend und treten oft nach Berührung oder Druck auf die Brust, beim Atmen, in bestimmten Körperpositionen oder beim Schlucken auf. Je nach Ursache kann der Schmerz einige Sekunde bis Stunden andauern.

Diagnose von Herzschmerzen: So geht der Arzt vor

Die Diagnose bei Herzschmerz muss sehr genau erfolgen, da die Beschwerden auch mitunter lebensbedrohliche Ursachen haben können. Der erste Schritt des Arztes wird daher sein, mittels einer ersten Einschätzung eine möglicherweise unmittelbar lebensbedrohliche Situation zu erkennen und nötigenfalls eine sofortige Einweisung ins Krankenhaus und gegebenenfalls entsprechende Sofortmaßnahmen zu veranlassen.

Anamnese

Andernfalls wird der Arzt zunächst eine differenzierte Befragung des Patienten ([Anamnese](#)) vornehmen, in der er genau die Art der Herzschmerzen, die Umstände ihres Auftretens und Begleitsymptome und daneben auch bestimmte Risikofaktoren für Herzerkrankungen erfasst. Sind die Schmerzen z.B. dumpf und mit einem Engegefühl verbunden? Wann traten sie zuerst auf? Strahlen sie in andere Körperregionen aus? Gibt es möglicherweise familiäre Risiken für Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder liegen ungünstige Lebensstilfaktoren wie Rauchen, Übergewicht und Bewegungsmangel vor?

Körperliche Untersuchung

In der anschließenden körperlichen Untersuchung werden Puls und [Blutdruck](#) gemessen, der Brustkorb abgetastet sowie Atem- und Herzgeräusche mittels Stethoskop abgehört. Blutuntersuchungen zur Bestimmung des Troponins, einer Eiweißverbindung, die bei Schädigung des Herzmuskels vermehrt freigesetzt wird, und ein Elektrokardiogramm ([EKG](#)), das die Herzströme aufzeichnet, können Aufschluss über einen möglicherweise stattgefundenen Herzinfarkt geben.

Bestehen Hinweise auf eine Herzerkrankung, können weitere Untersuchungen folgen, unter anderem Ultraschalluntersuchungen des Herzens ([Echokardiografie](#)), ein Bewegungs- oder [Langzeit-EKG](#), die Koronar-Angiografie, ein spezielles Röntgenverfahren zur Darstellung von Blutgefäßen, die das Herz versorgen, oder weitere bildgebende Verfahren wie beispielsweise die Computer- ([CT](#)) oder Magnetresonanztomografie ([MRT](#)).

Weitere Diagnosemöglichkeiten

Weitere diagnostische Verfahren kommen zum Einsatz, um bei entsprechendem Verdacht das Vorliegen von Erkrankungen der Lunge und des Verdauungssystems sowie einer Erkrankung des Muskel- und Skelettsystems als Ursache für die Brustschmerzen zu überprüfen.

Bei körperlichen Begleit-Symptomen wie Schwindel, Luftnot und Herzrasen für die keine körperlichen Ursachen gefunden werden können (gegebenenfalls Panikattacke), wird der Arzt das Vorliegen eines psychischen Leidens, zum Beispiel einer [Angststörung](#) prüfen. Dazu wird er unter anderem die Krankengeschichte des Patienten eingehend studieren.

Behandlung von Herzschmerzen: Therapie je nach Ursache

Die Therapie bei Herzschmerz erfolgt in Abhängigkeit von der Ursache der Schmerzen. Liegt eine Herzerkrankung zugrunde, können medikamentöse und operative Verfahren zum Einsatz kommen. Auch die Änderung der Lebensgewohnheiten hin zu einem gesünderen Lebensstil ist in vielen Fällen Basis für eine erfolgreiche Therapie.

Liegt zum Beispiel eine [koronare Herzkrankheit \(KHK\)](#) vor, wird der Arzt in der Regel Medikamente wie Acetylsalicylsäure (ASS), [Betablocker](#) oder cholesterinsenkende Mittel (Statine) verordnen. Durch die regelmäßige Einnahme dieser Medikamente lässt sich das Risiko für akute Herzprobleme wie etwa einen Angina-pectoris-Anfall oder Herzinfarkt senken. In schweren Fällen kann eine zusätzliche Operation, etwa eine Bypass-Operation oder der Einsatz von stützenden gitterförmigen Implantaten (Koronarstents) in die verengten Herzkranzgefäße zu einer verbesserten Durchblutung des Herzmuskels führen und Herzprobleme vermindern.

Daneben tragen eine gesunde fettarme Ernährung, ein konsequenter Rauch-Stopp und regelmäßige Bewegung dazu bei, wesentliche Risikofaktoren für Herz-Kreislauf-Erkrankungen wie erhöhte Blutfettwerte und Übergewicht und dadurch bedingte Herzleiden zu minimieren.

Akut- und Notfalltherapie

Herzschmerzen, die im Zuge eines [Angina Pectoris](#) auftreten, verbessern sich in der Regel nach Einnahme von Nitroglyzerin. Patienten, die beispielsweise aufgrund einer schweren koronaren Herzkrankheit gefährdet sind, einen Angina-pectoris-Anfall zu erleiden, bekommen Nitroglyzerin vom Arzt verordnet. Wenn sich die Beschwerden nicht innerhalb weniger Minuten nach der Anwendung bessern, kann ein [Herzinfarkt \(Myokardinfarkt\)](#) vorliegen. In diesem Fall ist umgehend der Notarzt zu rufen, der die erforderlichen Notfallmaßnahmen einleiten kann.

Wann den Notarzt rufen?

Unabhängig davon, ob dem Schmerz eine Herzerkrankung oder eine andere Erkrankung zugrunde liegt, kann der Brustschmerz Ausdruck einer lebensbedrohlichen Situation sein. Neben einem Herzinfarkt kommen beispielsweise Notfälle wie eine [Lungenembolie](#) oder eine Aortendissektion infrage, die mit Brustschmerzen verbunden sein können und eine umgehende Notfallversorgung erfordern.

Betroffene oder anwesende Personen sollten immer den Notarzt rufen, wenn Brustschmerzen plötzlich und in Verbindung mit

- akuten Kreislaufproblemen oder Kreislaufversagen und/oder
- ausgeprägter Angst des Betroffenen und/oder
- Atemnot und/oder Bewusstseinstörung oder Verwirrtheit auftreten.

Autor: Claudia Urban, Medizinautorin

Letzte Aktualisierung: 23. Januar 2020

https://www.lifeline.de/herz-gefuesse/herzkrankheiten/herzschmerzen-schmerzen-brust-id50827.html?utm_source=feed&utm_medium=newsletter&utm_campaign=2020-01-23&utm_term=topthema