

Blackout – mit Folgen?

Synkope Der Kreislaufkollaps gehört zu den häufigsten medizinischen Notfällen. Oft ist er harmlos, manchmal aber auch ein Hinweis auf eine ernste Erkrankung

Sie musste lange in der Kassenschlange warten, es war unerträglich heiß. Irgendwann wurde es Gerda Pohl (Name geändert) zu viel. Als sie endlich ihre Einkäufe einpacken konnte, wurde ihr schwarz vor Augen. Dann muss sie zu Boden gegangen sein, denn das Nächste, woran sie sich erinnerte, waren die besorgten Gesichter der Supermarktangestellten, die sich im Halbkreis über sie beugten. Der herbeigerufene Notarzt hatte die Diagnose schnell gestellt: Synkope. So nennen Mediziner eine ebenso plötzliche wie flüchtige Bewusstlosigkeit, die kreislaufbedingt ist. Meist steckt nichts Ernstes dahinter. Fast jeder Zweite erleidet so einen Kollaps mindestens einmal im Leben. „In manchen Fällen weist die Synkope aber auf eine lebensgefährliche Grunderkrankung hin“, warnt der Neuropsychologe Professor Rolf Diehl vom Alfried-Krupp-Krankenhaus in Essen. Diese zu erkennen sei besonders wichtig.

Oft hilft schon Abhören

Auch andere Gesundheitsstörungen gehen mit plötzlicher Ohnmacht einher, etwa ein epileptischer Krampfanfall. „Bei der Ursachenforschung nach einer Synkope werden oft vorschnell Computertomografien oder aufwendige Gefäßuntersuchungen veranlasst“, kritisiert Diehl. Dabei könnten in vielen Fällen bereits eine aufmerksam erhobene Krankengeschichte und die Begleitumstände der Synkope ausreichend Informationen liefern.

Diehl, der federführend den deutschen Leitfaden überarbeitet, wie Synkopen erkannt und behandelt werden sollen, mahnt deshalb zur Verhältnismäßigkeit: Auf der einen Seite sollten Mediziner zwar Gefahren erkennen und abwenden, gleichzeitig aber ihre Patienten nicht durch übertriebene Maßnahmen belasten.

Ein Kollaps, der unter Belastung wie etwa beim Sport passiert, hat laut Experten häufig eine ernste Ursache. Oft deutet er auf eine Herzerkrankung als Ursache hin. Experten sprechen von einer kardialen Synkope.

So haben manche Rhythmusstörungen oder Herzklappenfehler zur Folge, dass nicht genug Blut aus dem Herzen in die Hirngefäße gepumpt wird. Ein Mangel, der sich besonders bemerkbar macht, wenn Blutbedarf und Kreislaufaktivität hoch sind, also bei körperlicher Anstrengung. Weil zum Beispiel eine Klappe verengt ist, kann das Herz die Organe nicht mehr ausreichend versorgen. Dem Betroffenen schwinden die Sinne.

Hinweise für derlei Zusammenhänge liefern neben einer guten Anamnese in den meisten Fällen einfache Untersuchungen wie ein EKG.

„Wichtig ist natürlich auch eine gründliche körperliche Untersuchung“, ergänzt Dr. Christian Hohenstein, Chefarzt der Notaufnahme am Universitätsklinikum Magdeburg. Ungewöhnliche Herzgeräusche, die der behandelnde Arzt beim Abhören des Pumporgans bemerke, würden beispielsweise auf einen solchen Klappenfehler hinweisen.

Schwitzen, Blässe, Übelkeit

Die richtige Ursache zu finden, kann in solchen Fällen Leben retten. Denn wird zum Beispiel eine schwere Herzklappenverengung nicht rechtzeitig erkannt und behandelt, kann sie zum Herzversagen führen.

Auslösende Faktoren wie langes Stehen, psychische Erregung oder auch Wasserlassen sprechen hingegen meist für einen Kollaps, der durch das vegetative Nervensystem verursacht wurde, das wir nicht willentlich beeinflussen können.

Dabei wird der Vagusnerv gereizt, der vom Gehirn bis zum Magen verläuft. Er drosselt Herzschlag und Blutdruck so stark, dass das Blut aufgrund der Schwerkraft vom Kopf in die Beine sackt. In der Folge wird dem Betroffenen meist übel, er fängt an zu schwitzen, wird blass und schließlich bewusstlos.

Schwäche für Popstars

Zwei Drittel aller Synkopen gehören in diese meist harmlose Kategorie. Sie treten gelegentlich bereits bei Jugendlichen auf, etwa bei psychischer Erregung. Ein typisches Beispiel ist der verzückte Teenager, den Sanitäter bewusstlos aus dem Popkonzert zerren müssen, sobald seine Stars losgelegt haben. Meist wächst sich solch eine Kreislauf labilität jedoch bis Mitte 20 aus. Sie verschwindet genauso wie die fanatische Schwäche für Popstars.

Gibt es Fälle in der Familie?

Ohnmachtsattacken, die erstmals in der zweiten Lebenshälfte auftreten, stehen hingegen eher im Verdacht, Symptom einer chronischen Erkrankung zu sein. Neben Herzerkrankungen können sie auch neurologische Ursachen wie Parkinson haben. Das Nervenleiden schädigt nicht nur Hirnzentren, die Bewegungen steuern, sondern auch solche, die den Kreislauf regulieren und ihn an verschiedene Situationen anpassen.

Dadurch kommt es typischerweise beim Aufstehen zu Schwindel und Bewusstlosigkeit. Dies nennt man eine orthostatische Synkope. Sie kann aber auch durch Medikamente wie Blutdrucksenker oder durch Flüssigkeitsmangel verursacht werden – Faktoren, die eher im Alter eine Rolle spielen. Auch die Familiengeschichte des Patienten ist neben derartigen Begleitumständen aufschlussreich: Gab oder gibt es Herzranke in der Verwandtschaft? Wenn ja, gilt dies als Warnsignal. „Mit solchen Hinweisen und dem Schellongtest

oder der Kipptischuntersuchung lässt sich die Mehrzahl der Synkopen sicher zuordnen“, betont Neuropsychologin Diehl.

Bei beiden Tests wird gemessen, wie Blutdruck und Herzschlag auf eine plötzliche Lageveränderung reagieren, wie sie etwa eintritt, wenn der Betroffene schnell aus dem Sitzen aufsteht.

Unterscheidungen wichtig

Zur Abgrenzung von anderen, oft gefährlichen Bewusstseinsstörungen gilt die Faustregel: Eine Synkope dauert meist nur wenige Sekunden. Der Körper geht zu Boden, das Gehirn wird lagebedingt schnell wieder mit Blut versorgt. So begrenzt sich das Problem von selbst, der Betroffene fühlt sich meist sofort wieder normal.

Auch nach einer krampfartigen Synkope, die von epilepsieartigen Zuckungen begleitet wird, ist der Betroffene gleich wieder orientiert. Nach einem echten epileptischen Anfall hingegen benötigt er in der Regel einige Minuten, um wieder klar zu werden. Solche Unterscheidungen führten auch bei Gerda Pohl, die schon seit Jahren Medikamente gegen Epilepsie einnahm, zur richtigen Diagnose: Hinter ihrem Kollaps steckte kein Anfall, sondern eine verengte Herzklappe, die noch nicht bemerkt worden war. Zudem hatte sie nicht ausreichend getrunken.

„Viele Patienten und Zeugen sind kaum in der Lage, das dramatische Ereignis im Nachhinein gut zu beschreiben“, sagt Expertin Diehl. Ein Glück, dass das Ehepaar Pohl mit den Umständen der epileptischen Anfälle vertraut war. So konnte auch Gerda Pohls Herzfehler erkannt werden.

Dr. Christian Guht

Unsere Experten:

„Eine gründliche Untersuchung ist immens wichtig, um Zusammenhänge zu erkennen“ Dr. Christian Hohenstein, Chefarzt der Notaufnahme am –
Universitätsklinikum Magdeburg

„Manche Synkopen sind Anzeichen für eine lebensgefährliche Krankheit“
Professor Rolf Diehl leitet das Klinische Studienzentrum am
Alfried-Krupp-Krankenhaus in Essen

Gezielt vorbeugen

Synkopen lassen sich verhindern, indem ihre Ursache erkannt und behandelt wird: Bei Herzrhythmusstörungen kann ein Schrittmacher nötig sein, bei verengter Herzklappe ein operativer Eingriff. Gegen lagebedingte Synkopen helfen kreislaufstützende Medikamente wie Midodrin sowie Stützstrümpfe. Außerdem sollte die tägliche Trinkmenge mindestens zwei Liter betragen.

Eine erhöhte Salzzufuhr von acht Gramm pro Tag hilft, den Blutdruck zu stabilisieren.

Wird die Synkope von typischen Vorsymptomen wie Schwindel eingeleitet („Präsynkope“), können Betroffene gegensteuern, indem sie die Beine kreuzen und die Bein- und Gesäßmuskulatur anspannen. So wird das Blut aus der unteren Körperhälfte nach oben gedrückt. Ansonsten sollten sie bekannte Auslösesituationen wie langes Stehen bei Hitze oder schnelles Aufstehen meiden.