

# PRESSEMITTEILUNG

Dresden, 10. Juni 2016



## Mehr Herzprobleme bei Fußball-Länderspielen **So überstehen Herzpatienten einen Fußballkrimi**

Heute beginnt die Fußball Europameisterschaft (EM) in Frankreich. Je weiter es die Lieblingsmannschaft bringt, desto größer ist die Anspannung. Für Herzpatienten kann das zu einem riskanten Fußballkrimi werden. Einer Studie der Ludwig-Maximilian-Universität München zufolge mussten während der WM 2006 bei Spielen der deutschen Mannschaft fast dreimal so viele Patienten mit Herzproblemen behandelt werden wie an den übrigen Tagen. "Herzpatienten mit einer Liebe zum Fußball müssen aber nicht auf die EM verzichten, nur einiges beachten", sagt Dr. Ursula Marschall, leitende Medizinerin bei der BARMER GEK und rät, was Herzranke in den nächsten Wochen beachten sollten.

### **Fußball ohne Bier**

Für viele gehört ein Bier zum Fußball einfach dazu. Herzpatienten sollten sich aber an den Spielern auf dem Platz ein gesundes Vorbild nehmen und am besten auf alkoholfreie Getränke ausweichen, zumal Herz-Medikamente und Alkohol ohnehin keine gute Kombination sind.

### **Beim Elfmeter auf die Atmung konzentrieren**

Nicht nur der Torhüter hat Angst vor dem Elfmeter, auch viele Fußball-Fans. Menschen mit Herzproblemen sollten sich beim Strafstoß oder in der Verlängerung bewusst auf die Atmung konzentrieren. Das lenkt ab und reduziert die Spannung. Auch den Raum zu verlassen, frische Luft schnappen und auf das Ergebnis warten, verringert den Stress. „Lieber schaut man sich die Wiederholung an, als eine Herzattacke zu riskieren“, so Marschall.

### **Es ist doch nur ein Spiel...**

Und wenn am Ende doch nicht die Lieblingsmannschaft gewinnt, dann rät die Expertin allen Herzpatienten, sich nicht zu sehr zu ärgern oder aufzuregen. „In zwei Jahren ist Fußball Weltmeisterschaft, da gibt's dann hoffentlich die Möglichkeit zur Revanche.“

#### **è PRESSESTELLE SACHSEN**

Zellescher Weg 21  
01217 Dresden

Claudia Szymula

Tel.: 0800 333004 152 231

Mobil: 0175 43 09 042

presse.sachsen@barmer-gek.de

www.barmer-gek.de/543603

Twitter.com/BARMER\_GEK\_SN





## Hintergrund

Bei der WM 2006 hat sich die Zahl der Patienten mit Herzproblemen verdreifacht. Nicht nur körperliche Überanstrengung, auch emotionaler Stress kann das Herz belasten. Während gesunde Menschen durchaus etwas Spannung und Nervenkitzel vertragen, gelten Personen mit einer bestehenden Herzerkrankung als Risikopatienten. "Menschen mit bekannten Angina-Pectoris-Anfällen, einer koronaren Herzerkrankung oder auch mit Herzinsuffizienz sollten sich nicht zu großem emotionalem Stress aussetzen. Auch Patienten mit Herzrhythmusstörungen sollten vorsichtig sein, denn der Puls kann bei Aufregung leicht auch mal schneller als 150 Schläge pro Minute sein", erklärt Marschall. Durch die Aufregung könne es vermehrt zu Herzrhythmusstörungen kommen, die schlimmstenfalls bis zum Herzstillstand führen können.