

Plötzlicher Herztod

## Vor allem Amateursportler betroffen

**Es sind vor allem ambitionierte Amateursportler und nicht die professionellen Leistungssportler, die ein erhöhtes Risiko für einen plötzlichen Herztod beim Sport haben. Regelmäßige sportkardiologische Untersuchungen könnten helfen, dem plötzlichen Herztod vorzubeugen, hieß es auf der Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie in Mannheim.**



Vor allem männliche Amateursportler erleiden bei körperlicher Belastung wie Laufen oder Fußball spielen einen plötzlichen Herztod.

© Maridav, Shutterstock.com

Bricht ein Profifußballer auf dem Spielfeld zusammen und stirbt, sorgt das zwar für große mediale Aufmerksamkeit. Solche Fälle sind jedoch weder häufig, noch sind sie für den plötzlichen Herztod typisch. „Unsere Daten zeigen, dass der plötzliche Herztod beim Sport fast ausschließlich ambitionierte Freizeitsportler betrifft. In unserem deutschlandweiten Register sind nur vier professionelle Athleten betroffen“, so Dr. Philipp Bohm vom Universitären Herzzentrum Zürich.

Bohm betreut das deutsche „[Sudden Cardiac Death Register](#)“. In dieser Datenbank wurden im Beobachtungszeitraum von vier Jahren und sechs Monaten 265 Fälle von plötzlichem Herzstillstand beim Sport in Deutschland erfasst. „Fast ausschließlich waren Männer betroffen, das Durchschnittsalter lag bei 47 Jahren. Die Todesfälle ereigneten sich am häufigsten bei den Sportarten, die in Deutschland am populärsten sind: Fußballspielen und Laufen“, sagte Bohm.

Die Ursachen für den plötzlichen Herztod beim Sport seien je nach Alter unterschiedlich, wobei es auch ethnische sowie länderspezifische Differenzen zu geben scheint, deren Rolle allerdings noch nicht vollständig geklärt sei. „Daher besteht ein Bedarf an nationalen Registern, die prospektiv plötzliche Todesfälle von Wettkampf- und Freizeitsportlern aus unterschiedlichen Regionen erfassen“, erklärte Bohm. Bei Sportlern unter 35 Jahren sind demnach Herzmuskelerkrankungen, angeborene Fehlvorfälle von Herzkranzarterien sowie Herzmuskelentzündungen die häufigsten Ursachen für den plötzlichen Herztod beim Sport. „In unserem Register waren die vorzeitige koronare Herzkrankheit sowie die Herzmuskelentzündung ursächlich führend. Bei Sportlern, die über 35 Jahre alt waren, erwies sich im deutschen Register die koronare Herzkrankheit als häufigste Todesursache.“

Sport ist für Personen, die eine unentdeckte Herzerkrankung haben, mit einem erhöhten Risiko verbunden, warnte Bohm. Prinzipiell hänge die kardiovaskuläre Gefährdung vom individuellen Risikoprofil ab. Untrainierte Erwachsene, die in den Sport einsteigen, oder nach längerer Pause wieder aktiv werden, seien durch die ungewohnte hohe Belastungsintensität in einem größeren Maße gefährdet. Des Weiteren sollte nach einem viralen oder bakteriellen Infekt nicht zu früh wieder mit dem Sport begonnen werden. „Daten aus unserem Register belegen, dass mehrere Sportler mit überlebtem plötzlichem Herzstillstand bei nachgewiesener Herzmuskelentzündung in den Wochen vor dem Ereignis an Atemwegs- oder Magen-Darm-Infekten litten.“

Die Registerdaten deuteten zudem darauf hin, dass sich der Großteil der betroffenen Sportler über 35 Jahre nicht regelmäßig sportkardiologisch untersuchen ließe. „Daten aus Italien zeigen, dass durch die gesetzliche Einführung einer Sporttauglichkeitsuntersuchung für Wettkampfsportler aller Leistungsklassen die jährliche Rate des plötzlichen Herztodes beim Sport von 3,6 auf 0,4 pro 100.000 Personenjahre gesenkt werden konnte. Dabei basierte die Sporttauglichkeitsuntersuchung auf einem Gespräch, einer körperlichen Untersuchung sowie der Ableitung eines Ruhe-EKGs“, berichtete Bohm.

Von der Europäischen Gesellschaft für Kardiologie wird seit 2005 zumindest ein Ruhe-EKG bei sportmedizinischen Untersuchungen bei Wettkampfsportlern als Screening empfohlen. „Wichtig ist jedoch auch – insbesondere bei Sportlern über 35 Jahren – in regelmäßigen Abständen ein Belastungs-EKG durchzuführen. Dadurch kann man Hinweise auf eine Minderdurchblutung des Herzmuskels erhalten, etwaige Rhythmusstörungen erkennen und objektiv die körperliche Leistungsfähigkeit des Sportlers beurteilen.“

---

22.04.2017 07:57:47, Autor: Dr. med. Thomas Kron, © änd Ärztenachrichtendienst Verlags-AG  
Quelle: <https://www.aend.de/article/177516>