Dr. med. Marianne Koch

Das Herz-Buch

dtv premium

KAPITEL 1

DAS STARKE HERZ

Liebe Leserin, lieber Leser,

ich lade Sie ein auf eine Entdeckungsreise zu einem der faszinierendsten Orte dieser Welt – zu Ihrem Herzen.

Kein Zweifel: das Herz ist der Mittelpunkt Ihres Körpers. Von seiner Funktionsfähigkeit, seiner Energie hängt es ab, ob alle anderen Organe überleben, ob Sie denken, fühlen, atmen, gehen oder sich fortpflanzen können. Denn jede einzelne Zelle in Ihrem Organismus ist auf die Nahrung und den Sauerstoff angewiesen, die der ständig kreisende Blutstrom mit sich führt, angetrieben von dieser kleinen, unglaublich kraftvollen Pumpe.

Doch das Herz ist mehr als ein starker Antriebsmotor für den lebendigen Körper. Seit jeher und in allen Kulturen hatte und hat es eine gleichsam übernatürliche Bedeutung: als Sitz der Seele, als Sinnbild für die Liebe, für Freude, für Mitleid und andere Emotionen, für Weisheit oder für Glauben. Ob vor 12 000 Jahren ein Ureinwohner im heutigen Spanien das Bild eines Mammuts mit einem seltsamen roten Herzen an eine Höhlenwand malte oder ob die Dichter aller Epochen wieder und wieder »ihr Herz befragten« – immer hatte das Herz diese Doppelfunktion: als physisches Organ, aber eben auch als das eigentliche Ich, das innerste Wesen eines Menschen. Dazu gibt es viele faszinierende Beispiele.

► DIE HERZWAAGE DER ÄGYPTER

Die Mythen des alten Ägypten berichten über ein Ritual, das an das Jüngste Gericht des Neuen Testaments erinnert: das Totengericht. Darin spielt das Herz die entscheidende Rolle. Dieses Herz, so glaubte man (wir befinden uns in der Zeit um 2000 vor Chris-

tus), ist zu Lebzeiten der innerste Wesenskern des Menschen und enthält auch nach dem Tod alle guten und schlechten Taten des Verstorbenen. Um zu beurteilen, ob er würdig sei, im Jenseits weiterzuleben, musste er sich einer strengen Zeremonie vor dem Weltenrichter Osiris unterziehen.

Im Mittelpunkt des Geschehens stand eine große Waage. Wägemeister war der schakalköpfige Gott Anubis, der die Seele bereits ins Reich des Todes geführt hatte. Er legte in die eine Schale der Waage eine Straußenfeder, Symbol für Wahrheit und Gerechtigkeit, in die andere das Herz des Toten, das nun für ihn Zeugnis ablegen sollte. Der Verstorbene selbst musste eine lange Litanei möglicher Verfehlungen und Missetaten vorlesen und jeweils schwören, er habe sie nicht begangen. Sagte er die Wahrheit, blieb das Herz »leicht«, also im Gleichgewicht mit der Feder. Log er jedoch, so senkte sich die Waagschale mit seinem Herzen nach unten, und das Ungeheuer Ammit, eine interessante Mischung aus Löwe und Krokodil, fraß es auf. Damit aber war der Weg ins Jenseits für immer versperrt. Ohne Herz gab es kein Leben nach dem Tod.

Auch wenn wir längst keine derartigen mythischen Vorstellungen vom Herzen mehr haben, war es doch ein ungeheurer Schock für die Welt, als der Chirurg Christiaan Barnard im Jahr 1967 die erste Herztransplantation wagte und das versagende Herz eines älteren Mannes durch das eines jungen Unfalltoten ersetzte. Man starrte gebannt auf die Berichte, immer noch nicht sicher, ob sich der Kranke dadurch nicht in eine andere Person verwandeln würde. Aber weder Persönlichkeit noch Seele veränderten sich. Nur der Blutstrom, der seinen Körper am Leben hielt, floss jetzt wieder normal. Die Pumpe funktionierte wieder.

Höhlenzeichnung aus Pindal, Nordspanien ca. 12 000 v. Chr.

Das hätte eigentlich jede Illusion über den Mythos Herz ein für allemal beenden müssen. Aber seltsam – es war wie bei der ersten Landung eines Menschen auf dem Mond. Damals beklagten viele, dass es fortan vorbei sei mit dem »Guten Mond«, der »so stille durch die Abendwolken geht«, denn den romantisch verklärten Himmelskörper würde es wohl nicht mehr geben. Er sei seines Zaubers beraubt, banalisiert, nur noch ein triviales Objekt der Weltraumfahrt. Aber siehe da: Nachdem sich die Wogen um die technische Großtat gelegt hatten, schien die Astronautenlandung nicht mehr als ein Spuk gewesen zu sein. Der Mond stand, ungerührt und milde lächelnd, nach wie vor in seiner ganzen träumerischen Pracht am Himmel.

Mit dem Herzen verhält es sich irgendwie ähnlich. Obwohl die Wissenschaft dieses Organ in all seinen Funktionen und bis in seine kleinsten molekularen Bestandteile erforscht hat, bleibt es ein großes Geheimnis.

Inzwischen ist die damals so heroische Tat der Transplantation fast schon eine Routineoperation. Und es gibt heute darüber hinaus viele weitere Methoden, mit denen man herzkranken Patienten immer besser helfen kann. Nicht nur über die neuesten technischen Verfahren soll Sie dieses Buch umfassend informieren, sondern es soll Ihnen Herzmedikamente erklären, die Zusammenhänge zwischen Ihrer Seele und Ihrem Herzen deutlich machen und Ihnen vor allem helfen, Ihr Herz gesund zu erhalten.

Wieso schlägt mein Herz?

Erinnern Sie sich noch daran, als Sie, total verliebt, Ihr erstes Rendezvous hatten und auf den tollen Typen – oder die bezaubernde Blonde – warteten? Daran, wie Ihr Herz wild zu klopfen begann, als er – oder sie – um die Ecke bog, sodass Sie das Pochen im Hals spürten und glaubten, gleich umzufallen? Nein? Vielleicht haben Sie nur weiche Knie bekommen und gar nicht gemerkt, dass Ihr Puls in die Höhe schnellte. Denn das Herz schlägt bei Aufregung schneller – die Folge des plötzlichen Anstiegs von Stresshormonen, die der Körper in die Blutbahn jagt. Oder fühlen Sie einmal Ihren Puls, nachdem Sie zwei schwere Koffer oder Einkaufstüten in den dritten Stock getragen haben. Sie müssten schon die Fitness eines Leistungssportlers haben, wenn Ihr Herz dabei nicht heftiger schlagen würde, um den vermehrten Sauerstoffbedarf der Muskeln auszugleichen. Im Gegensatz dazu ist der Puls im Schlaf ruhiger, und das Herz pumpt im Schongang, weil der Körper in der Entspannung weniger Energie benötigt.

Bei Aufregung oder körperlicher Belastung schlägt unser Herz rascher.

Schon in der 7. Schwangerschaftswoche – der Embryo ist gerade einmal acht Millimeter groß – beginnt das Babyherz zu schlagen.

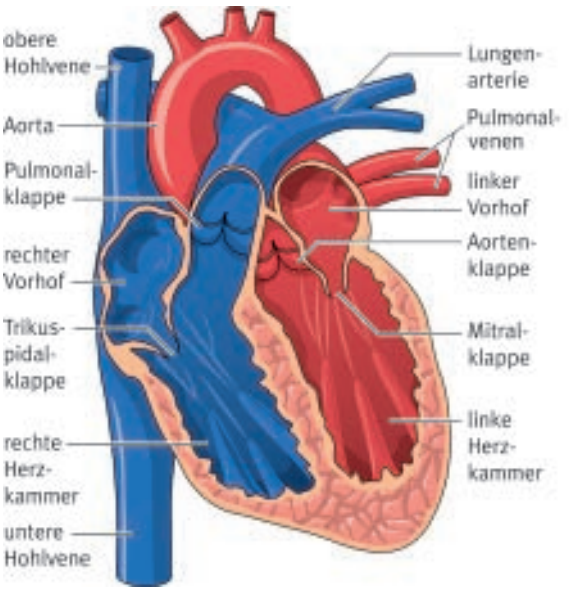
Der Ausdruck vom »schlagenden Herz« ist eigentlich irreführend. Das Herz ist ein Muskel oder vielmehr eine Kombination von Muskelsträngen, die sich nach einem raffinierten Schema zusammen-

ziehen und wieder entspannen, ungefähr siebzig Mal in der Minute, also 100 000 Mal in 24 Stunden. Gelenkt wird dieses Muskelspiel durch elektrische Ströme, die das Herz selbst in bestimmten Zellen erzeugt und weiterleitet.

Ein einfaches Prinzip

Aber fangen wir von vorne an. Die Funktion unseres Herzens folgt einem letztlich einfachen Prinzip:

Sauerstoffreiches Blut fließt in dicken Adern, den *Pulmonalvenen,* aus der Lunge in die linke Vorkammer des Herzens (oder den *Vorhof,* wie es medizinisch korrekt heißt). Wenn diese gefüllt ist, öffnet sich schlagartig die Klappe – also die »Tür« – zur linken Hauptkammer, das Blut stürzt hinein, und die Klappe schlägt wieder zu. Gleichzeitig geht die Klappe zur großen Schlagader auf, und der starke Muskel, der die Kammer umschließt, presst das Blut in diese Schlagader – die *Aorta* – und von da aus in den ganzen Körper, vom Gehirn bis zum kleinen Zeh, wo es Sauerstoff und Nährstoffe ablädt. Danach fließt das Blut, das ohne Sauerstoff dunkler aussieht, durch die Venen zurück zum Herzen, zuerst in den rechten Vorhof, dann wieder durch eine Klappe in die rechte Kammer und von dort in die Lunge. Die verbrauchte Luft – das Kohlendioxyd – wird ausgeatmet, die Blutkörperchen tanken frischen Sauerstoff, und dann beginnt der Kreislauf von Neuem.



Das Herz von innen mit den Vorhöfen, den Kammern und den Klappen