

Broken-Heart-Syndrom: Wenn das Herz zerbricht

05.10.2026, 09:33 | Gesundheit & Medizin

Pressemitteilung von: *Berufsverband der Präventologen e.V., Berlin*



Der Volksmund kennt das gebrochene Herz schon sehr lange, doch medizinische Erkenntnisse dazu rückten erst ab etwa Anfang der 1990er Jahre in den Fokus. Kummer oder starker emotionaler Stress als Auslöser für Herzerkrankungen erhielten seinerzeit die Anerkennung, die sie verdienen.

Nach einer passenden Bezeichnung musste nicht lange gesucht werden, die englische Bezeichnung wurde kurzerhand übernommen: Broken-Heart-Syndrom. „Tatsächlich bricht im Herz natürlich nicht in zwei oder mehrere Teile. Gemeint ist vielmehr eine beinahe schlagartig nachlassende Pumpleistung des Organs“, so Dorothée Remmler-Bellen, Vorstand beim Berufsverband der Präventologinnen und Präventologen in Berlin.

Starke negative oder auch überwältigende positive Gefühle können eine massive Wirkung auf das Herz haben. Seelischer Stress, ausgelöst beispielsweise durch einen Todesfall in der Familie, den Verlust eines geliebten Tieres oder eine Trennung vom Partner kann zu einem akuten Herzleiden führen, die den Symptomen eines Herzinfarktes sehr ähnlich sind. „Auf Dauer drohen durch ständigen Stress Entzündungen der Arterien, des Herzmuskels, Blutgerinnsel oder sogar ein Herzinfarkt“, warnt Remmler-Bellen. Denn tatsächlich ist das Broken-Heart-Syndrom in der akuten Phase ebenso gefährlich wie ein echter Infarkt. „Selbst, wenn rasches ärztliches Eingreifen zu einem glimpflichen Ausgang führt und sich das Herz wieder gut erholt, sollten die Patienten einige Tage intensiv beobachtet werden und danach ihren Verlust und ihrer Trauer bewusst Raum und Zeit geben, um sie verarbeiten zu können“.

Medikamente sind in dieser Situation häufig ein wichtiges Mittel zum Zweck. Ein sehr wesentlicher Effekt lässt sich darüber hinaus durch die Stärkung der psychischen Widerstandsfähigkeit und der eigenen Ressourcen im Umgang mit psychischen Belastungen erreichen. Betroffene brauchen geeignete Bewältigungsstrategien gegen Stress, damit traumatische Erlebnisse besser aufgearbeitet werden können, ohne gesundheitlichen Schaden anzurichten. „Wer diese Strategien verinnerlicht, hat gute Chancen, dass sich bei künftigen, vergleichbar schweren seelischen Belastungen erst gar keine lebensbedrohliche Situation ergibt. Präventologinnen und Präventologen sind hier gute Partner und Begleiter, die beim Entwickeln und der Umsetzung neuer Handlungsstrategien und Bewältigungsmöglichkeiten wirksame Unterstützung geben können“.

Berufsverband der Präventologen e.V.

Gneisenaustraße Gneisenaustraße 42
Berlin 10961

Deutschland

DorotheeRemmler-Bellen (Vorstandsvorsitzende)

03021234193

info@praeventologe.de

praeventologe.de

Portrait

Präventologinnen und Präventologen sind Experten der Prävention und Gesundheitsförderung. Sie tragen kompetent und wirksam zur Gesundheitsförderung jedes Einzelnen bei. Zum Berufsverband der Präventologen e.V. gehören Menschen, die ein gesundes Leben in Deutschland ermöglichen und die dafür nötigen Voraussetzungen schaffen oder verbessern wollen. Zum Berufsverband gehören geprüfte Präventologinnen und Präventologen, Studierende des Fernstudienganges, Angehörige der unterschiedlichen Gesundheits- und Sozialberufe, Unternehmen der Gesundheitswirtschaft sowie interessierte Einzelpersonen. Der Verband versteht sich als lernende Gemeinschaft, die ihr Wirken kontinuierlich reflektiert, um stetige Verbesserungen zu erreichen.

News-ID: 1325541 • Views: 119 (Stand: 30.10.2026)

Link zur Pressemitteilung:

<https://www.openpr.de/news/1325541/Broken-Heart-Syndrom-Wenn-das-Herz-zerbricht.html>