

## **Holiday-Heart-Syndrom – nicht nur im Urlaub: Herz-Kreislauf-Erkrankungen bei Jugendlichen**

### **BNK warnt vor übermäßigem Alkohol- und Energydrink-Konsum in Kombination mit Partynächten**

**MÜNCHEN**, 16. Juli 2013. Urlaubszeit ist Partyzeit – doch ein ausuferndes Nachtleben, meist kombiniert mit wenig Schlaf und einem hohen Konsum von Alkohol und Energydrinks kann bei Jugendlichen Herzrhythmusstörungen auslösen. Speziell während der Sommermonate steigt die Zahl derer radikal an, die Symptome des sogenannten „Holiday-Heart-Syndroms“ aufweisen. Woran das liegt, erklärt der Bundesverband Niedergelassener Kardiologen e. V. (BNK).

#### **Aus dem Takt mit Energydrinks**

Besonders Jugendliche konsumieren Alkohol gerne mit koffeinhaltigen und taurinhaltigen Energydrinks. *„Übermäßiger Konsum von koffeinhaltigen Getränken in Verbindung mit wenig Schlaf und viel Alkohol kann vor allem bei hohen Temperaturen Krampfanfälle oder Herzrhythmusstörungen wie zum Beispiel Vorhofflimmern auslösen“*, so Dr. Norbert Smetak, Kardiologe und Bundesvorsitzender des BNK. *„Deshalb sollten auch junge Menschen auf Warnzeichen achten und bei wiederholtem Auftreten von schmerzender Brust, Übelkeit, Erbrechen oder starker Müdigkeit schnellstmöglich einen Kardiologen aufsuchen.“* Dass die Zahl der Erkrankungen gerade im Sommer während der Urlaubssaison am höchsten ist, beschreibt der Name „Holiday-Heart-Syndrom“.

#### **Vorsicht an heißen Sommertagen**

Es muss nicht im Urlaub sein, aber gerade bei heißem Wetter erkranken Jugendliche am Holiday-Heart-Syndrom. Hohe Temperaturen erweitern die Gefäße und senken den Blutdruck; Folgen sind Durchblutungsstörungen und Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Um diesen vorzubeugen, rät der BNK, alkohol- und taurinhaltige Getränke, speziell im Sommer, nur in Maßen zu genießen. Empfehlenswert sind vor allem Wasser sowie ungesüßte Früchte- und Kräutertees. Des Weiteren wird von langen Sonnenbädern in der Mittagshitze abgeraten.

### **Über den BNK e. V.**

Der BNK ist der größte Kardiologenverband auf vertragsärztlicher Ebene in Deutschland. Er hat derzeit rund 1.200 Mitglieder und repräsentiert damit über 90 % der kardiologischen Praxen. Der Verband ging aus einer Arbeitsgemeinschaft hervor, die 1979 von knapp 100 Fachärzten gegründet wurde. Heute sind die Mitglieder des BNK auf regionaler und Bundesebene in zahlreichen Ausschüssen, Projektgruppen, gesundheits- und berufspolitischen Gruppierungen und in vielen Gremien der Deutschen Gesellschaft für Kardiologie – Herz- und Kreislaufforschung (DGK) aktiv. Seinen juristischen Sitz hat der BNK in München.

Weitere Informationen rund um den BNK finden Sie unter [www.bnk.de](http://www.bnk.de).

### **Ansprechpartner für die Presse**

BNK Pressesprecher  
Dr. med. Heribert Brück  
Tenholter Str. 43a  
41812 Erkelenz  
Tel.: 02431-2050  
Fax: 02431-76003  
Mobil: 0151-17251992  
[presse@bnk.de](mailto:presse@bnk.de)  
[www.bnk.de](http://www.bnk.de)

Loesch*Hund*Liebold Kommunikation  
Helen Hüttl  
Tegernseer Platz 7  
81541 München  
Tel.: 089-720187-291  
Fax: 089-720187-20  
[h.huettl@lhk.de](mailto:h.huettl@lhk.de)  
[www.lhk.de](http://www.lhk.de)