

## **Grippale Infekte können das Herz dauerhaft schädigen**

### **BNK warnt: Erkältungen nicht auf die leichte Schulter nehmen**

**MÜNCHEN**, 4. November 2014 – Häufige Temperaturwechsel, nasskaltes Wetter und trockene Heizungsluft führen dazu, dass grippale Infekte besonders im Herbst häufig vorkommen. Erkrankte sollten darauf achten, sich richtig auszukurieren, da sonst eine Herzmuskelentzündung drohen kann. *„Wer nach einem grippalen Infekt schon bei geringen Anstrengungen in Atemnot gerät und sich weiterhin angeschlagen und schlapp fühlt, sollte umgehend zum Arzt gehen. Es besteht die Gefahr, dass der Herzmuskel entzündet ist“*, erklärt Dr. Norbert Smetak, Bundesvorsitzender des Bundesverbands Niedergelassener Kardiologen e. V. (BNK).

### **Körperliche Schonung ist entscheidend**

Bei etwa ein bis fünf Prozent aller grippalen Infekte kommt es zu einer solchen Entzündung des Herzmuskels, der sogenannten Myokarditis. Sie wird in der Regel durch Viren ausgelöst, die den Herzmuskel befallen; in 80 Prozent der Fälle sind dies Coxsackie-Viren, die auch Erkältungen verursachen. Die Abwehrreaktion der Herzmuskelzelle resultiert in einer Entzündung des Muskels. Diese kann im schlimmsten Fall dazu führen, dass die Herzmuskelzellen zerstört werden, der Muskel vernarbt und eine Herzschwäche oder Herzrhythmusstörungen drohen, die möglicherweise tödlich verlaufen. Üblicherweise schafft es das Immunsystem aber, die Entzündung selbst zu beheben. Erkrankte können hierzu durch körperliche Schonung, ausreichend Schlaf sowie Verzicht auf Alkohol und Nikotin positiv beitragen.

### **Training erst langsam wieder aufnehmen**

Körperliche Anstrengung kann eine Herzmuskelentzündung sogar verstärken: Bei zehn Prozent der Sportler, die plötzlich verstorben sind, wurde eine Myokarditis als Ursache festgestellt. Deshalb sollten es gerade sportlich aktive Personen nach einem Infekt ruhig angehen lassen und erst mehrere beschwerdefreie Tage abwarten, bis sie wieder mit dem Training be-

ginnen. Im Zweifel sollte vorab der Rat eines Kardiologen eingeholt werden.

#### **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 Prozent 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:**

##### **Pressesprecher**

BNK e. V.  
Dr. med. Heribert Brück  
Tenholter Str. 43a  
41812 Erkelenz  
Tel.: 02431.20 50  
Fax: 02431.76 00 3  
E-Mail: [presse@bnk.de](mailto:presse@bnk.de)

##### **Pressebüro**

LoeschHundLiepoldKommunikation GmbH  
Sophie Deutscher  
Tegernseer Platz 7  
81541 München  
Tel.: 089.72 01 87-276  
Fax: 089.72 01 87-20  
E-Mail: [bnk@lhk.de](mailto:bnk@lhk.de)