

Inhalt

Vorwort von Margarethe Schreinemakers	11
Vorwort des Autors	13
Einleitung	17
Das Herz – Geschenk unseres Lebens	19
1 Frauenherzen schlagen anders: Was das weibliche vom männlichen Herzen unterscheidet	23
1a Ein Fall-Bericht aus dem Frauenherz-Zentrum: Gisela	23
2 Alarmzeichen oder harmlos? Beschwerden und ihre möglichen Ursachen	43
2a »Da sitzt ein Elefant auf meiner Brust!« Beklemmungsgefühle	43
2b Aus dem Takt: Herzrasen und Herzstolpern	65
2c: »Mehr als drei Stufen schaff ich nicht.« Schnell aus der Puste und schlapp ohne Ende	79
3 Achterbahn der Hormone: Der Zyklus und die Wechseljahre	93

- 4 Frauenherzen reagieren anders:
Risikofaktoren unter der Lupe** 103
- 4a Erhöhte Fettwerte im Blut (*Hyperlipoproteinämie*) 105
4b Erhöhter Blutdruck (*arterielle Hypertonie*) 110
4c Rauchen 118
4d Übergewicht und Ernährung 120
4e Zuckerkrankheit (*Diabetes mellitus*) 125
- 5 EKG, Blutbild & Co.: Gibt es Unterschiede
zwischen den Geschlechtern?** 129
- 5a Auswertung des EKG (*Elektrokardiogramm*) 129
5b Bestimmung von Labor-Werten 134
5c Bildgebungsverfahren 137
5d Herzkatheter-Untersuchung (*Koronarangiografie*) 150
- 6 Was verschreiben wir ihr? Unterschiede der
medikamentösen Therapie je nach Geschlecht** 157
- 7 Der blinde Fleck: Warum Ärztinnen und Ärzte
sich so schwertun** 165
- 7a Frauen nehmen anders wahr –
und sich selbst zu sehr zurück 165
7b Die Genetik und die kulturelle Prägung –
für viele immer noch Neuland 174
7c Die Hälfte des Himmels ... aber nur ein Fünftel der
Stichprobe. Die skandalöse Unterrepräsentation der
Frauen in wissenschaftlichen Untersuchungen 187

- 8 Schlecht behandelt: Wie massiv Frauen immer noch benachteiligt sind** 197
- 8a Es geht auch anders.
Meine Erfahrungen im Frauenherz-Zentrum 206
- 9 Was muss sich ändern?
7 konkrete Vorschläge** 219
- 10 Kurz und kompakt:
Was sind Risiken und Warnzeichen?** 227
 - Risikofaktoren 227
 - Warnzeichen 229
- 11 Tipps für ein gesundes Herz** 231
 - Kurzfassung für die Kühlenschranktür:
Die Tipps auf einen Blick 240
- Anhang** 243
 - Erklärung der medizinischen Fachbegriffe 243
 - Auswahl einiger Studien und Literaturtitel,
die für dieses Buch besonders wichtig waren 265
- Danksagung** 271