

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 Herzs stolpern 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 Kühlschrantür: 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 |