

INHALT

| | |
|---|-----|
| VORWORT | 7 |
| | |
| 1 HERZDAME – EIN FRAUENHERZ IST KEIN KLEINES MÄNNERHERZ | 11 |
| Gendermedizin – welchen Einfluss hat das Geschlecht? | 12 |
| Herzrisiken bei Frauen | 30 |
| Risikofaktoren für das Frauenherz | 40 |
| Gendern in der Diagnostik | 53 |
| | |
| 2 DEIN IST MEIN GANZES HERZ | 61 |
| Die Power des Herzens – Zahlen und Fakten | 62 |
| Einflüsse auf das Herz – Psyche, Umwelt und Epigenetik | 75 |
| | |
| 3 DAS HERZ IM LAUF EINES FRAUENLEBENS – DER EINFLUSS DER HORMONE | 89 |
| Die Geschlechtshormone | 90 |
| Das menstruierende Herz | 96 |
| Das Mutterherz – ein Herz für zwei | 101 |
| Das Herz in den Wechseljahren | 113 |
| Das weise Herz | 126 |

| | |
|--|------------|
| 4 DON'T BREAK MY HEART – HERZERKRANKUNGEN UND HERZSCHMERZ | 135 |
| Herzrhythmusstörungen der Frau | 136 |
| Die Herzkranzgefäßerkrankungen der Frau | 142 |
| Geschlechterunterschiede in der Behandlung der koronaren Herzkrankheit | 155 |
| Stresskardiomyopathie – das Broken-Heart-Syndrom | 160 |
| Das mitfühlende Herz bei (Brust-)Krebs | 166 |
| 5 ATEMLOS – WENN DAS HERZ AUFGIBT UND WEITERE HERZTHEMEN | 175 |
| Das schwache Herz beim »starken Geschlecht« | 176 |
| Behandlung der Herzschwäche der Frau | 183 |
| Herztransplantation – von Herz zu Herz | 188 |
| Weibliche Herzklappenerkrankungen | 204 |
| (Herz-)Medikamente bei Frauen | 212 |
| 6 DAS FREUT DAS FRAUENHERZ – WIE SIE IHR HERZ JUNG, GESUND UND FIT HALTEN | 229 |
| Sport und Bewegung | 230 |
| Ernähren Sie Ihr Herz richtig | 233 |
| Orale Gesundheit und Herz | 247 |
| Das gestresste Frauenherz | 249 |
| Entspannung für das Herz | 252 |
| Herz und Seele | 261 |
| Selbstfürsorge | 270 |
| ABSCHLIESSENDE GEDANKEN ZUM HERZEN | 275 |
| QUELENNACHWEIS | 277 |
| REGISTER | 293 |