

Warum der Infarkt am Morgen kommt

Amerikanische Studie untersuchte dieses Phänomen

Bekannt ist, dass es beim Herzinfarkt bzw. Schlaganfall zur Bildung von Gerinnseln in Blut zuführenden Gefäßen kommt, so dass Teile des Herzmuskels bzw. des Gehirns nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden.

Solche Blutgerinnsel bilden sich bevorzugt an Stellen, an denen die Innenwand der Gefäße, das Endothel, z.B. durch Arteriosklerose vorgeschädigt ist. Die Studie untersuchte deshalb, ob die Funktionsfähigkeit dieses Endothels tageszeitlichen Schwankungen unterliegt.

Bei 30 gesunden Teilnehmern wurde zu verschiedenen Tageszeiten die so genannte strömungsvermittelte Erweiterung (Flow Mediated Dilation, FMD) einer Arterie am Oberarm gemessen. Hierbei wird eine Arterie mit Hilfe einer Blutdruckmanschette

wenige Minuten lang abgedrückt. Der auf diese Weise verursachte Stillstand des Blutes bedingt eine Freisetzung von Substanzen aus dem Endothel, die nach dem Öffnen der Manschette eine Vergrößerung des Gefäßquerschnitts hervorrufen. In der Studie war die gemessene FMD der Teilnehmer morgens um 6 Uhr 40 % geringer als abends vor dem Schlafengehen.

Am späten Vormittag 11 Uhr wurden dagegen die gleichen Werte gemessen wie abends. Dieses Ergebnis erklärt die Häufigkeit von akuten Herz-Kreislaufereignissen in den frühen Morgenstunden.

den. Weitere Untersuchungen sollen jetzt erforschen, welche Ursachen den tageszeitabhängigen Funktionsschwankungen des Endothels zu Grunde liegen.

Regelmäßig messen

Um dem Herzinfarkt und dem Schlaganfall teilweise vorzubeugen, muß der Blutdruck regelmäßig gemessen werden. Denn ein erhöhter Blutdruck führt zu unnatürlichen Belastungen des Gefäßsystems.

Etwa die Hälfte der Hypertoniker weiß von ihrer Gefährdung nichts. Bluthochdruck, zumal im Anfangsstadium, schmerzt nicht. Es fehlt meist der Anlaß, zum Arzt zu gehen und sich den Blutdruck messen zu lassen, was vom 20. Lebensjahr an jedes Jahr wenigstens einmal geschehen sollte.

Einteilung des Blutdrucks bei Erwachsenen

	<i>Systolische Werte</i> in mmHg	<i>Diastolische Werte</i> in mmHg
Normal	unter 120	unter 80
Prähypertonie (Vorstadium)	unter 140	unter 90
Bluthochdruck	ab 140	ab 90