

Nach grippalem Infekt ständige Schwäche und Müdigkeit? Herz kann beteiligt sein

Bei welchen Anzeichen Betroffene nach grippalem Infekt hellhörig werden und zum Arzt gehen sollten, erläutert Herzspezialist

(Frankfurt a. M., 27. Februar 2019) Erholt man sich zurzeit von einem überstandenen Virusinfekt, ist aber weiterhin geschwächt, dann kann es sich um die üblichen Nachwirkungen eines grippalen Infekts handeln. Finden Betroffene nach einem grippalen Infekt aber nicht bald wieder zum gewohnten Leistungsvermögen zurück, sondern sind ständig schwach und müde, könnte das ernstzunehmende Ursachen haben. Dann ist ein baldiger Arztbesuch zu empfehlen. Das gilt besonders für Menschen mit Herz-Kreislauf-Erkrankungen. „Liegt ein schwerer grippaler Infekt bereits zwei Wochen zurück und man muss bei Spaziergängen oder bei der Hausarbeit jetzt Ruhepausen einlegen, was bisher unüblich war, dann sollte man hellhörig werden und zum Arzt gehen, um eine Herzbeteiligung nicht zu übersehen. Sonst besteht die Gefahr einer Herzmuskelentzündung mit einer Herzschwäche als Folge“, warnt der Kardiologe Dr. med. Vinzenz Graf von Kageneck und gibt wichtige Hinweise in der Herzstiftungs-Sprechstunde unter www.herzstiftung.de/schwaeche-nach-grippalem-infekt. Der Arzt kann dann untersuchen, ob eine Herzmuskelentzündung (Myokarditis) vorliegt, die möglicherweise für die Schwäche verantwortlich ist. Dazu dienen in erster Linie [EKG](#), [Ultraschall](#) (Herzecho), Laborwerte und gegebenenfalls eine [Kernspintomographie](#) des Herzens ([MRT](#)). Sollten diese Untersuchungen die Vermutung einer Herzmuskelentzündung erhärten, ist eine Herzmuskelbiopsie, d. h. eine Probenentnahme aus dem Herzmuskel, am besten geeignet, die Diagnose zu sichern. Das ist heutzutage in vielen Fällen unkompliziert mit einem [Katheter](#) möglich, der über eine Armvene eingebracht wird.

Herzbeteiligung? Auf diese Anzeichen sollte man achten

Eine vermehrte Abgeschlagenheit nach einem grippalen Infekt sollte man insbesondere dann ärztlich abklären lassen, wenn sich klinische Hinweise auf eine Herzbeteiligung zeigen. Dazu zählen z. B. neu aufgetretene Wasseransammlungen in den Beinen (=Ödeme), ein Druckgefühl in der Brust, ein unregelmäßiger Puls oder dass man auf einmal bereits bei geringen Belastungen und deutlich schneller als gewohnt außer Atem gerät. Zudem sollte man wissen, dass die Gefahr für eine Herzmuskelentzündung vor allem dann hoch ist, wenn man sich bei einer Virusinfektion, sei es eine Grippe oder ein Darminfekt, nicht so lange schont, bis man sich wieder ganz gesund fühlt. „Deswegen sollte man generell bei einer Grippe und anderen viralen oder bakteriellen Infektionen mit Sport und anderen körperlichen Belastungen auf jeden Fall warten, bis Fieber und andere Symptome wie Husten, Abgeschlagenheit und Gliederschmerzen abgeklungen sind und man sich wieder wohlfühlt“, betont Dr. von Kageneck. Die Gefahr einer Myokarditis gilt auch für Infekte, bei denen kein oder nur geringes Fieber auftritt. Betroffene sollten sich daher während der akuten Erkrankung schonen.

Tipp: Der vollständige Experten-Beitrag kann abgerufen werden unter www.herzstiftung.de/schwaeche-nach-grippalem-infekt

Infos zur Myokarditis (Herzmuskelentzündung):

Der Ratgeber „Herzmuskelentzündung (Myokarditis) – eine oft unterschätzte Erkrankung des

Herzens“ (18 Seiten), verfasst von dem renommierten Kinderkardiologen Prof. Dr. Herbert E. Ulmer, kann kostenfrei telefonisch unter 069 955128-400 und per E-Mail unter bestellung@herzstiftung.de bei der Herzstiftung angefordert werden.

DCG DeutschesGesundheitsPortal

MERKZETTEL

für das Gespräch mit Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt

Damit Sie viel aus dem Gespräch mit Ihrer Ärztin/Ihrem Arzt mitnehmen, empfehlen wir Ihnen, Ihre Beschwerden, aber auch Ihre Behandlungsziele sowie alle Ihre Fragen zu notieren. Wichtig für das Arztgespräch ist eine Liste der **Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel**, die sie derzeit verwenden. Über eventuelle **Allergien und Unverträglichkeiten** sollten Sie Ihre Ärztin/Ihren Arzt ebenfalls immer informieren. Nutzen Sie hierfür unseren Vordruck „Meine Medikations- und Behandlungsübersicht“.

Meine Beschwerden und/oder Behandlungsziele

Meine Fragen

Folgende Themen/Studien möchte ich besprechen

Welches Thema beschäftigt Sie? Was haben Sie z. B. in aktuellen Studien gelesen?

Notieren Sie die wichtigsten Punkte des Arztgesprächs

So bemerken Sie schnell, ob Sie alles richtig verstanden haben und ob Fragen unbeantwortet blieben

Meine Notizen zum Gespräch am _____:

Weitere Tipps für das Arztgespräch finden Sie unter „Materialien für den Arztbesuch“