



FOLGE 6/2021

## Plötzlich bewusstlos – unterschiedliche Ursachen, unterschiedliche Hilfe.

„DIE MEISTEN UNGEFÄHRLICHEN OHNMÄCHTEN HABEN EIN AUSLÖSENDES EREIGNIS.“

Etwa 500.000 Mal im Jahr wird in Deutschland ein Mensch ohnmächtig, bewusstlos, bekommt einen Kreislaufkollaps, einen Blackout. Das Phänomen ist also gar nicht so selten. So ein Ereignis kann einmalig sein, aber auch öfter passieren. Viele Betroffene sind verunsichert und leiden.



Über das Thema „Plötzlich bewusstlos“ sprachen wir mit dem Chefarzt des Interdisziplinären Notfallzentrums an der Zentralklinik Bad Berka, PD Dr. med. Christian Hohenstein.

**Sind solche Situationen, bei denen man für Sekunden das Bewusstsein verliert, extrem gefährlich?**

Das kommt darauf an. Es gibt harmlose Formen und es gibt gefährliche Ursachen. Meine Empfehlung ist, ärztlich abklären zu lassen, was die Ursache sein könnte.

**Was passiert bei einer Ohnmacht im Körper?**

Bei der Ohnmacht ist es so, dass für einen kurzen Zeitraum der Blutfluss ins Gehirn komplett unterbrochen wird. Die Betroffenen bekommen – anders als beim Schlaganfall, bei dem der Blutfluss dauerhaft unterbrochen ist und sie dann auch neurologische Auffälligkeiten haben wie Lähmungserscheinungen oder Sprachstörungen – bei der Synkope überhaupt kein Blut mehr in den Kopf und dann werden sie bewusstlos. In dem Moment, wo man zusammenbricht, ändert sich auch der Innendruck wieder und aus diesem Grund werden die meisten Patienten auch schnell wieder wach. Das ist etwas ganz Anderes als beispielsweise beim Herzstillstand, nur, dass dabei die Betroffenen ohne fremde Hilfe nicht wieder wach werden. Es ist allerdings so, dass man am Anfang nicht immer gleich erkennen kann, ob es eine eher harmlose Ohnmacht oder etwas Schlimmeres ist.

**Wie kündigt sich eine Ohnmacht an?**

Das ist unterschiedlich. Entweder sie kündigt sich gar nicht an – das sind die tendenziell eher gefährlichen Anfälle, z. B. bei Herzstillstand. Harmlose Ohnmachten haben einen Grund, z. B. schwüles

Wetter, unangenehme Situationen, z. B. der Anblick von Blut. Die Menschen bekommen weiche Beine, Schweißausbrüche, ihnen ist unwohl, schwindlig, es wird schwarz vor Augen. Wenn es sich ankündigt, dann ist das ein eher gutes Zeichen.

### **Was kann man tun, damit es den Betroffenen besser geht?**

Bei jemandem, der z. B. erklärt, dass es ihm jetzt komisch geht, ihm schwindlig ist und er das Gefühl hat, gleich umzukippen, dann sollten sich die Betroffenen schnell hinlegen, die Beine hoch lagern. Auch bei bereits eingetretener Bewusstlosigkeit kann man die Beine hochlegen. In den meisten Fällen erwachen die Patienten ganz schnell wieder. Wenn der Patient allerdings nicht wieder wach wird, dann ist es keine einfache Ohnmacht. Nach 20, 30 Sekunden Bewusstlosigkeit sollte man schon mit Herzdruckmassage und Mund-zu-Mund-Beatmung beginnen und die 112 wählen, denn dann ist es höchstwahrscheinlich ein Herzstillstand.

### **Was können Betroffene selbst tun, wenn sie spüren, dass eine Ohnmacht naht?**

Hinlegen bzw. Hinsetzen, dann geht es schnell wieder besser. Die meisten Synkopen haben ein auslösendes Ereignis. Husten, Niesen, langes Stehen oder die Konfrontation mit Dingen, die unangenehm sind, z. B. man sieht viel Blut. Bei letzterem kann man den Raum wechseln, um das auslösende Ereignis abzuschalten. Wenn man es noch schafft.

### **Welche verschiedenen Arten der Ohnmacht gibt es?**

Bewusstlosigkeit wird unterschiedlich eingeordnet. Bei der Ohnmacht gibt es die gefährliche und die ungefährliche. Die nicht gefährlichen Formen sind, wie bereits angesprochen, jene, die sich vorher ankündigen. Die gefährlichen Formen, sind die, die sich vorher nicht ankündigen, sondern plötzlich eintreten. Das sind auch eher die Patienten, die sich verletzen, z. B. bei Herzrhythmusstörungen. Dann gibt es natürlich auch Ohnmachten bei Patienten mit Epilepsien während eines Anfalls, mit und ohne Krämpfe, wobei die Synkopen auch sehr häufig

krampfen. Auch im psychiatrischen Bereich gibt es Ohnmachtsanfälle, die nicht so einfach zu diagnostizieren sind. Dann gibt es noch die Ohnmacht beim Schädel-Hirn-Trauma, bei Gehirnerschütterungen.

### **Wer ist besonders betroffen?**

Die harmlose Form trifft Jugendliche. Je älter die Patienten werden, umso eher sind sie von den gefährlichen Formen betroffen.

### **Wenn es mehr als einmal war: welche Diagnosemöglichkeiten gibt es, um den Grund herauszufinden?**

Bei den eher gefährlichen Formen der Ohnmacht müsste man das Herz-Kreislauf-System überprüfen, z. B. auch mit einem Langzeit-EKG.

### **Wie können Synkopen behandelt werden?**

Bei Herzerkrankungen sind Herzschrittmacher für viele Patienten eine gute Möglichkeit. Bei harmlosen Synkopen können Stützstrümpfe helfen, auch Hormonpräparate oder das Vermeiden von auslösenden Situationen.

### **Sind die damit verbundenen Stürze und andere Verletzungen nicht das eigentliche Problem, wenn es gehäuft zu Synkopen kommt?**

Nein, so ist es nicht. Meistens kommt es ja gar nicht zu Verletzungen. Wenn es allerdings zu Verletzungen kommt, dann oft bei Ohnmachten, die ohne Ankündigung passieren. Dann liegen i. d. R. auch Grunderkrankungen vor, die behandelt werden müssen. Schwere Verletzungen sind auch hier äußerst selten.

### **Was kann man im Sommer tun, um Ohnmachten zu verhindern?**

Das ist einfach. Kühle Umgebung, ausreichend trinken und genügend Salz zu sich nehmen, gerade auch, wenn man sich viel bewegt.



Ihre Fragen zum Thema unseres nächsten Podcasts „Moderne Herzchirurgie – Wer benötigt noch eine offene Herzoperation?“ mit Dr. med. Thomas Kuntze, Chefarzt der Klinik für Herzchirurgie, können Sie unter [presse@zentralklinik.de](mailto:presse@zentralklinik.de) stellen.

Die Antworten hören/lesen Sie dann im nächsten Gesundheitspodcast im Juli.