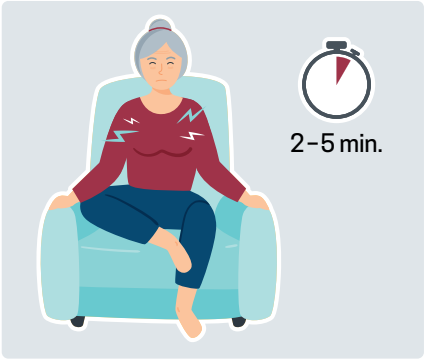
Angina Pectoris: Was tun bei Brustschmerzen?

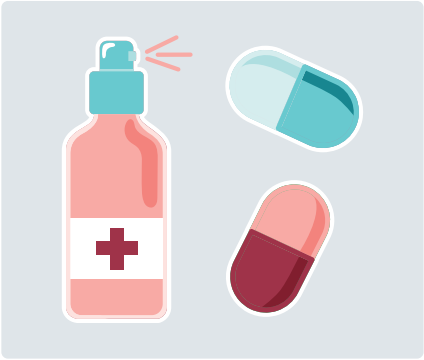
STIFTUNG GESUNDHEITS WISSEN

Angina Pectoris ist eine bestimmte Art von Brustschmerzen und das Hauptsymptom einer koronaren Herzkrankheit. Die Schmerzen treten normalerweise anfallsartig bei Stress oder Anstrengung auf.

Das können Sie bei einem Schmerzanfall tun:



Pause machen:
Ruhen Sie sich aus. Normalerweise klingen die Schmerzen nach wenigen Minuten ab.

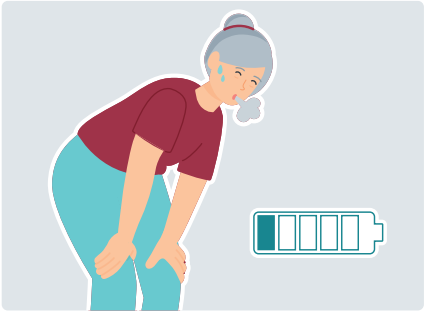


Notfallmedikament einnehmen:
Wenn Sie ein Medikament verordnet bekommen haben, nehmen Sie es ein und warten Sie, bis sich die Beschwerden bessern.

Hilfe holen:
Sie haben 5 bis 10 Minuten nach der Einnahme immer noch Schmerzen? Wählen Sie den Notruf unter 112!

Wie kann ich Angina-Pectoris-Anfällen vorbeugen?

Behandlung einhalten:
Nehmen Sie Ihre Medikamente regelmäßig ein und seien Sie körperlich aktiv.



Überlastung vermeiden:
Erkennen Sie Ihre Belastungsgrenzen und überschreiten Sie diese nach Möglichkeit nicht.

Gut zu wissen:
Bei Kälte ist die Belastungsgrenze niedriger. Deshalb führt z. B. Schneeschippen schneller zu Beschwerden als Gartenarbeit im Frühjahr.

Menschen mit KHK können Angina-Pectoris-Beschwerden nicht immer ganz vermeiden. Treten Anfälle aber häufiger oder stärker auf als gewohnt, sprechen Sie mit Ihrem Arzt oder Ihrer Ärztin darüber.

© Stiftung Gesundheitswissen 2025

Quellen: Bundesärztekammer (BÄK), Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV), Arbeitsgemeinschaft der Wissenschaftlichen Medizinischen Fachgesellschaften (AWMF). Nationale VersorgungsLeitlinie Chronische KHK - Langfassung; Version 7.0 - AWMF-Register-Nr. nvl-004; 2024. Möckel M. Ischämische Herzkrankheit. In: Suttorp N, Möckel M, Siegmund B, Dietel M, Hrsg. Harrisons Innere Medizin. 20. Aufl., deutsche Ausgabe. Berlin, Stuttgart: Thieme; 2020. S. 2296–2313. Pschyrembel Online. Angina pectoris; 2025. Verfügbar unter: https://www.pschyrembel.de [01.04.2025]. UpToDate. Nitroglycerin (glyceryl trinitrate): Drug information; ohne Jahr. Verfügbar unter: https://www.uptodate.com [01.04.2025].

Weitere KHK-Informationen finden Sie hier:

www.stiftung-gesundheitswissen.de/angina-pectoris