



## „Ich war mit Sicherheit auf dem Weg zu einem Herzinfarkt“

Laut einer repräsentativen Umfrage der HanseMerkur Krankenversicherung fühlt sich die Mehrheit der Frauen beim Arzt nicht ausreichend ernst genommen. Hier berichten drei Patientinnen von ihren Erfahrungen.

„Ich wollte Sport machen. Nach zehn bis 15 Minuten wurde mir übel und ich hatte Schweißausbrüche“, erzählt Dr. Renate Wachner (67), ehemalige Kinderärztin aus Tutzing. Sie ging zu einem Kardiologen. EKG und Herz-Ultraschall zeigten keine Auffälligkeiten, nur ein leicht erhöhter Blutdruck wurde festgestellt. „Weil ich immer gesund und fit war und keinerlei Risikofaktoren für eine Herzerkrankung hatte – ich war immer schlank, ernähre mich mediterran und gehe mindestens 10.000 Schritte pro Tag – sollte ich mir keine Sorgen machen.“ Ihre körperliche Belastbarkeit wurde dennoch nicht wieder besser. Über Google wurde sie auf Internist und Kardiologe Dr. Milan Dinic in München aufmerksam, der einen kurzen 3D Herz-Check mit KI-Auswertung bei ihr durchführte. Dabei zeigten sich auffällige Durchblutungsstörungen. Ein Herz-CT bestätigte das Ergebnis. Ihre Herzkranzgefäße waren an elf Stellen verengt, eine Stelle bereits zu 70 Prozent. „Damit hatte ich nicht gerechnet. Ich war mit Sicherheit auf dem Weg zu einem Herzinfarkt“, sagt die Ärztin, der ein Stent implantiert wurde, um betroffene Gefäß zu weiten und zu stützen. Sie rät: „Wenn Symptome sich nicht bessern, sollten Frauen auf weitere Abklärung bestehen.“

## Ausbleibende Periode: „Von den Ärzten hätte ich mir mehr Aufklärung und Unterstützung gewünscht“

Etwa drei Jahre lang hatte die Berliner 1.500 Meter-Läuferin Caterina Granz (30) ihre Periode nicht. „Von den Ärzten hätte ich mir in dieser Zeit mehr Aufklärung und Unterstützung gewünscht. Ich bekam gesagt, eine ausbleibende Menstruation sei im Leistungssport durch den Stress normal. Ich habe mir das dann auch eingeredet, trotzdem hat es mich belastet, vor allem unbewusst und ich hatte Angst vor gesundheitlichen Folgen“, sagt die Profisportlerin, die bei den Olympischen Spielen 2021 in Tokio startete, zweifache Studentenweltmeisterin und mehrfache Deutsche Meisterin ist. „Ärzte sagten mir, ich sei zu dünn. Wenn mich die ausbleibende Periode störe, müsse ich einfach fünf Kilo zunehmen.“ Durch viel eigene Recherche und mit guter Selbststeuerung hat Caterina Granz die Menstruationsstörung in den Griff bekommen. „Ich habe gelernt, alte Glaubenssätze aufzulösen, meine Ernährung zu verbessern und meinem Körper wieder mehr das zu geben, was er braucht.“ Dank eines regelmäßigen Zyklus ist sie nun stärker und schneller. Parallel zum Sport hat sie inzwischen ihr Psychologiestudium abgeschlossen. Als Keynote Speakerin hält sie Vorträge, in denen sie unter anderem über „Kontrolle und Loslassen“ spricht, praktische Impulse gibt und Selbststeuerungsmechanismen für ein besseres Gesundheitsverhalten aufzeigt.

## „Ich hatte bereits über Jahre hohen Blutdruck, Schwindel und Panikattacken“

Dass ihre Symptome stressbedingt seien und sie für Entspannung sorgen müsse, hat Marion Strube, 55 Jahre, dreifache Mutter aus Dachau, lange gehört. „Ich hatte bereits über Jahre hohen und auch schwankenden Blutdruck. Der obere Wert war teilweise bei 180. Ich litt unter Schwindel, schlimmen Schlafstörungen und war ständig erschöpft. Zusätzlich plagten mich Panikattacken – vor etwa fünf Jahren wurde mir ein Stent implantiert, trotzdem hatte ich große Angst vor einem Herzinfarkt. Dazu kam eine emotionale Belastung, weil ich meine Mutter in den letzten drei Jahren bis zu ihrem Tod intensiv begleitet habe.“ Oft konnte sie deshalb ihren Alltag nicht mehr gut bewältigen. Sie suchte im Internet und stieß auf Dr. Milan Dinic in München. „Er

hörte mir wirklich zu.“ Seit einer intravenösen Sauerstofftherapie geht es ihr wieder gut – „ein Unterschied wie Tag und Nacht. Mein Blutdruck hat sich normalisiert, ich habe keinen Schwindel und keine Panikattacken mehr, schlafe endlich wieder durch, bin fit und habe Energie für meine Familie und unseren Hund.“

Zurück zu [hansemerkur.de/frauengesundheit](https://hansemerkur.de/frauengesundheit)

---

## Bildquellen

- Dr Renate Wachner\_Herzpatientin von Dr Dinic Bildnachweis privat.jpg: Privat
- Leichtathletin Caterina Granz 2 Bildnachweis privat.jpg: Privat
- Patientin Marion Strube 1.jpg: Privat