

<http://www.faz.net/-gwz-7qqit>

FAZJOB.NET FAZSCHULE

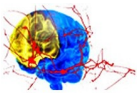
FAZ.NET

F.A.Z.-E-PAPER

F.A.S.-E-PAPER

Anmelden Abo Newsletter Mehr

HERAUSGEGEBEN VON WERNER D'INKA, BERTHOLD KOHLER, GÜNTHER NONNENMACHER, HOLGER STELTZNER

Atomium Culture:  
Europas junge  
Talente in der  
Forschung
**Frankfurter Allgemeine  
Wissen**

Freitag, 25. Juli 2014

VIDEO THEMEN BLOGS ARCHIV

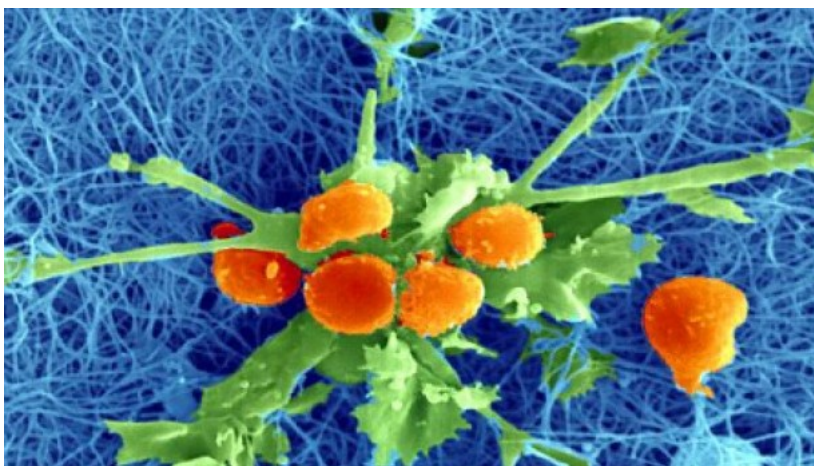
Frankfurt 26°


[POLITIK](#) [WIRTSCHAFT](#) [FINANZEN](#) [FEUILLETON](#) [GESELLSCHAFT](#) [SPORT](#) [LEBENSSTIL](#) [TECHNIK & MOTOR](#) [WISSEN](#) [REISE](#) [BERUF & CHANCE](#) [RHEIN-MAIN](#)
[Home](#) [Wissen](#) Herzinfarkt-Risiko: Stress geht ins Mark

Herzinfarkt-Risiko

## Stress geht ins Mark

Wer im Dauerstress lebt und sich wenige Pausen gönnt, schadet sich mehr als bisher bekannt. Es sind nicht nur die Stresshormone, die auf Umwegen gefährlich werden. Psyche und Immunsystem sind direkt verdrahtet.

23.06.2014, von **JOACHIM MÜLLER-JUNG**

© PICTURE-ALLIANCE / DPA/DPAWEB



Immunzellen im Lymphknoten einer Maus

**S**tress, sagt eine populäre These, hat nicht nur zerstörerische Züge, sondern ist gewissermaßen der Motor für unsere Psyche und Treibstoff für unsere Motivation; kurz: Stress ist leistungssteigernd. Er stimuliert – als „Eustress“ – unser Belohnungssystem. Doch so viel Positives man dem Stress auch zuschreiben mag, im Kern ist offenbar auch ein Teil dieser stimulierenden Wirkung, wenn sie mit einer Dauerüberlastung einhergeht, ein Desaster für Körper und Geist. Und zwar buchstäblich in dieser Kombination, seelischer Stress ist ein fataler Stimulator.



Autor: Joachim Müller-Jung, Jahrgang 1964, Redakteur im Feuilleton, zuständig für das Ressort „Natur und Wissenschaft“.

Folgen:

Eine amerikanische-deutsche Arbeitsgruppe um Matthias Nahrendorf vom Massachusetts General Hospital und der Harvard Medical School in Boston hat die Janusköpfigkeit von Stress jetzt in einer

neuen Studie eindrucksvoll belegt. Die Wissenschaftler haben quasi bis zu den Wurzeln nachverfolgt, wie Dauerstress zu einem gewaltigen Risikofaktor für Herz- und Organversagen werden kann: Nämlich durch die direkte nervöse Stimulation der Blutstammzellen im Knochenmark. Stammzellen sind wiederum die Quelle für sämtliche weißen Blutkörperchen.

[Mehr zum Thema](#)

Studie: Nicht die Manager leiden am stärksten unter Stress

Schlechtes Image: Wer Pause macht, gilt gern als faul

Und wenn sich Leukozyten, also weiße Blutkörperchen, dauerhaft vermehren, bedeutet das fast nie Gutes für den Körper. Denn viele von diesen Leukozyten, Makrophagen, Neutrophile und Monozyte etwa, schütten in großer Zahl Entzündungsbotenstoffe aus, die dann offenbar in den entzündungsanfälligen Ablagerungen der Blutgefäße die Verstopfung der Adern forcieren.



© PICTURE-ALLIANCE / DPA/DPAWEB  
Knochenmark im Beutel: Werden Stressfolgen mit transplantiert?



Es sind also nicht allein die bekannten Stresshormone Adrenalin und Cortisol, die über die Blutbahn im Körper verbreitet den Stoffwechsel verändern und die Psyche beeinflussen. Ein entscheidender Reiz kommt offenbar direkt über die Leitungen des vegetativen Nervensystems, des Sympathikus, im Knochenmark an. Dort wird bei Dauerstress verstärkt Noradrenalin ausgeschüttet – das entscheidende Signal

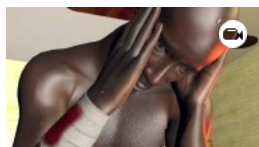
für die in der Hierarchie ganz unten stehenden, basalen Blutstammzellen, sich zu verstärken. Nahrendorf und seine Kollegen haben das bei Mäusen nachgewiesen, die sie in ihren Käfigen systematisch unter Stress gesetzt hatten. Aber auch beim Menschen haben die Forscher Hinweise gefunden. Wie sie in der Zeitschrift „Nature Medicine“ berichten, war das auch bei etwas mehr als zwei Dutzend Klinikmitarbeitern auf Intensivstationen zu beobachten. Bei jenen Mitarbeitern, die besonders intensivem Stress dauerhaft ausgesetzt waren, wurden auch verstärkt entzündungsfördernde Monozyten und Neutrophile im Blut nachgewiesen. Wer also ohnehin anfällig für Gefäßverkalkungen ist, stark übergewichtige Menschen etwa oder solche mit entsprechenden Veranlagungen, ist bei Dauerstress besonders anfällig für die Rekrutierung dieser Entzündungsförderer im Knochenmark.

Quelle: FAZ.net

[Zur Homepage](#)

Hier können Sie die Rechte an diesem Artikel erwerben

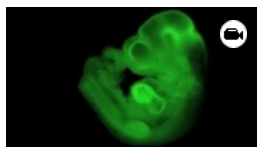
## Video-Empfehlungen



Afrikas gefährliche Seuche  
Ebola, das tödliche hämorrhag...  
2.7.2014



MH17  
Niederländer sollen Untersuch...  
21.7.2014



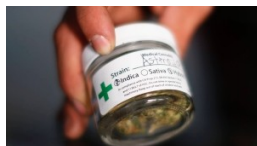
Japan  
Forscher entdecken neue Meth...  
30.1.2014

## Weitere Empfehlungen

Cannabis als Schmerzmittel

### Gras geben

Cannabis ist in Deutschland das mit Abstand am häufigsten konsumierte illegale Rauschmittel. Ein paar hundert Schmerzpatienten dürfen es ganz legal in der Apotheke kaufen. Eine gesunde Psyche ist dafür nicht unbedingt eine Bedingung. Ist das unverantwortlich? [Mehr](#) Von JULIA LAUER  
17.07.2014, 07:39 Uhr | Gesellschaft



Schlafende Honigbienen

### Spätes Glück im Arbeiter- und Schläferstaat

Auch ein Bienenvolk braucht mal Ruhe. Würzburger Forscher haben das wohlorganisierte Schlafverhalten im Stock enthüllt. Nicht alles, was die Wärmebildkameras zeigen, klingt jedoch nach Erholung. Die Jungbienen jedenfalls sind zu bedauern. [Mehr](#) Von JOACHIM MÜLLER-JUNG  
16.07.2014, 11:08 Uhr | Wissen



Diagnose Borreliose

### Zeckenkrieg

7/25/2014

## Herzinfarkt-Risiko: Stress geht ins Mark

Bei der Diagnose Borreliose bekämpfen sich Mediziner untereinander: Von vorschnellen Befunden, unklaren Tests und Geldmacherei ist die Rede. Das alles geht auf Kosten der Patienten.

**Mehr** Von BERNDT WELZ  
16.07.2014, 12:22 Uhr | Gesellschaft



---

Frankfurter Allgemeine

---

© Frankfurter Allgemeine Zeitung GmbH 2014  
Alle Rechte vorbehalten.