
Sex und andere Spitzenbelastungen können kardiale Ereignisse auslösen

m -- Dahabreh IJ, Paulus JK. Association of episodic physical and sexual activity with triggering of acute cardiac events: systematic review and meta-analysis. JAMA 2011 (23. März); 305: 1225-33

[\[LINK\]](#)

Was schon lange vermutet wurde, wird durch diese Meta-Analyse bestätigt – Sex und andere kurzfristige intensive körperliche Belastungen können Auslöser für Herzinfarkte oder plötzlichen Herztod sein. Daraus aber zu schliessen, dass körperliche Betätigung ganz zu vermeiden ist, wäre falsch. Denn je trainierter die Personen waren, desto geringer fiel bei ihnen dieses zusätzliche Risiko zum Zeitpunkt der akuten Belastung aus. Zudem handelt es sich – wenn man mit absoluten Zahlen rechnet – um eine winzige Anzahl zusätzlicher Fälle, da die meisten Leute ja nur einen kleinen Bruchteil ihres Lebens mit körperlichen Spitzenbelastungen verbringen.

Telegramm von Alexandra Röllin