

Schon gehört?

Verblüffende Zahlen und Fakten rund ums Herz

Sprinter im Wachstum

Schon im Alter von 22 Tagen beginnt das noch röhrenförmige Herz eines Ungeborenen zu schlagen. Der kleine Mensch ist dann gerade mal 4 bis 6 Millimeter groß. Nach etwa vier Wochen bildet das Herz dann seine vier Kammern aus. Meistens klappt das gut, aber bei diesen rasanten Vorgängen können auch Herzfehler entstehen.

Flinke Töne

Ab der 12./13. Woche sind heute dank modernster Technik bereits die Herztöne zu hören, mit einem Stethoskop in der Regel erstmals zwischen der 26. und 28. Woche. Das Herz eines Ungeborenen schlägt dabei doppelt so schnell wie das eines Erwachsenen, das bedeutet eine Frequenz von 120 bis 160 Schlägen pro Minute.

Tierischer Vergleich

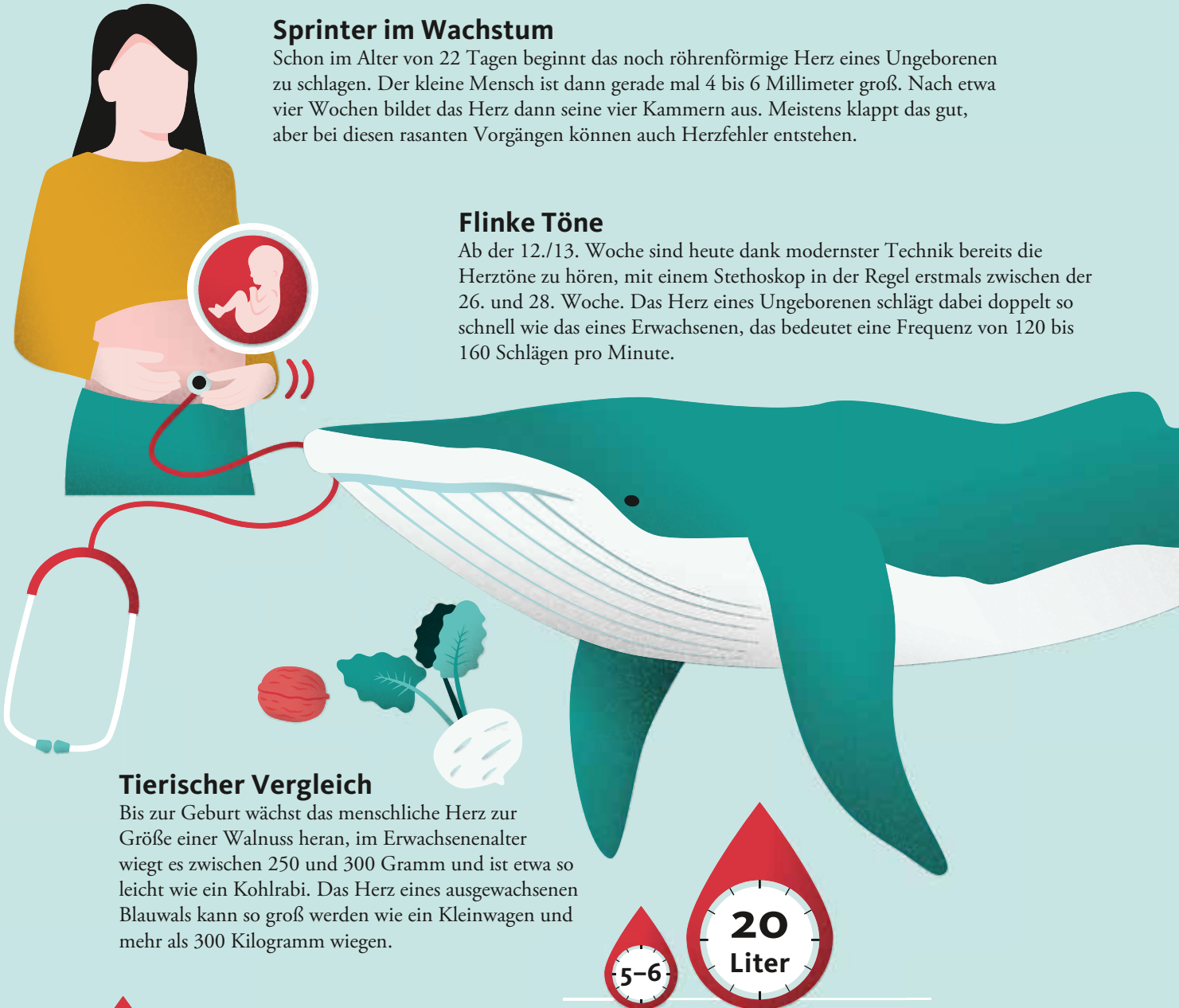
Bis zur Geburt wächst das menschliche Herz zur Größe einer Walnuss heran, im Erwachsenenalter wiegt es zwischen 250 und 300 Gramm und ist etwa so leicht wie ein Kohlrabi. Das Herz eines ausgewachsenen Blauwals kann so groß werden wie ein Kleinwagen und mehr als 300 Kilogramm wiegen.

Fleißiger Schläger

Etwa 2 500 000 000-mal hat das Herz eines 70-Jährigen bereits geschlagen, jeden Tag rund 100 000-mal, also pro Minute etwa 70-mal.

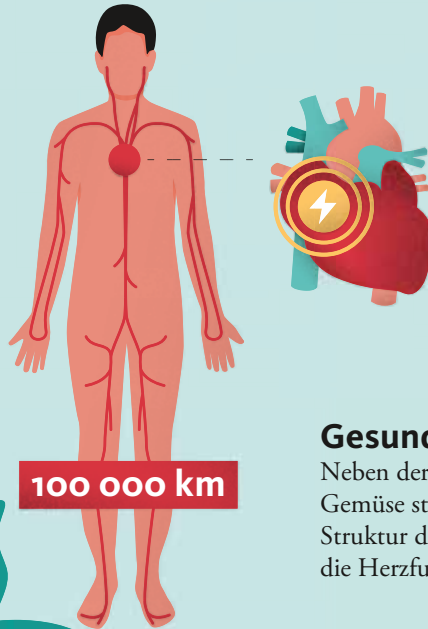
Leben auf Pump

Täglich jagt das Herz etwa 10 000 Liter Blut durch die Blutgefäße, pro Schlag sind das etwa 70 bis 80 Milliliter, pro Minute rund 5 bis 6 Liter. Innerhalb von Sekundenbruchteilen kann das Herz seine Leistung sehr stark steigern und dann auch schon mal 20 Liter pro Minute durch die Adern pumpen.



Lange Leitungen

Die menschlichen Blutgefäße haben von Kopf bis Fuß eine Gesamtlänge von 100 000 Kilometern. Das gesamte Blut des Körpers wird dabei vom Herzen rund 1440-mal durch den Organismus gepumpt.



Elektrischer Antrieb

Das Herz schlägt durch einen eigenen elektrischen Impuls. Es kann seine Arbeit fortsetzen, auch wenn es vom Körper entfernt wird, aber noch mit ausreichend Sauerstoff versorgt ist.

Gesunde Freundschaften

Neben der ausgewogenen Ernährung mit viel Obst und Gemüse stärken Freundschaften und eine gute soziale Struktur die Herzgesundheit. Denn Stress belastet auch die Herzfunktionen.



Tanzender Muskel

Musik hat Auswirkungen auf unsere Herz-Kreislauf-Aktivität: Schnelle Musik beschleunigt unseren Herzschlag, ruhige Musik senkt ihn.



Heilsamer Humor

Lachen ist gesund, denn es entspannt die Herzwände, regt die Durchblutung an und reduziert den Stress samt Stresshormonen (Cortisol).



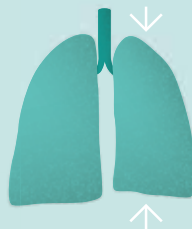
Pochender Liebesrausch

Verliebtsein beeinflusst den Herzschlag. Herzschlag und Atmung von Paaren synchronisieren sich, sogar dann, wenn sie mehrere Meter voneinander getrennt sind.



Schlauer Platzhalter

Der Lungenflügel der linken Seite des Körpers ist etwas kleiner als der rechte Flügel, da auf der linken Seite das Herz seinen Platz benötigt.



Zweckmäßige Energie

Unser Herz erzeugt jeden Tag so viel Energie, dass mit dieser ein Lastwagen eine Strecke von 32 Kilometern fahren könnte. Bei einer Lebenserwartung von 71 Jahren ergibt das eine Strecke, die bis zum Mond und wieder zurück führt!



Gut im Fluss

Unser Blut fließt ungefähr mit einer Geschwindigkeit von 4 Kilometern pro Stunde, das ist etwa so schnell wie ein Maulwurf oder eine Klapperschlange.

