

Herzrhythmusstörungen und Herzrasen

Herzrasen, Herzklopfen oder Herzstolpern kommen bei Kindern und Jugendlichen häufig vor und sind meistens harmlos. Trotzdem sollten wiederkehrende oder auffällige Beschwerden abgeklärt werden, um eine relevante Herzrhythmusstörung oder Herzerkrankung auszuschließen.

Besonders wichtig ist eine Untersuchung, wenn Beschwerden plötzlich beginnen und enden, bei körperlicher Belastung auftreten oder mit Schwindel beziehungsweise Ohnmacht verbunden sind.

Welche Beschwerden sind wichtig?

- plötzlich einsetzendes und endendes Herzrasen („Lichtschalter-Phänomen“)
- sehr starkes Herzklopfen oder Herzstolpern
- Schwindel oder Ohnmacht
- Beschwerden bei körperlicher Belastung
- Leistungsschwäche, Atemnot oder auffälliges Schwitzen
- ungewöhnliche Müdigkeit oder Trinkschwäche bei Säuglingen

Ein besonderes Warnzeichen ist eine **Ohnmacht während körperlicher Belastung**. Auch ungeklärte plötzliche Todesfälle in der Familie, insbesondere in jungem Alter, sollten unbedingt angesprochen werden.

Wie klären wir die Beschwerden ab?

Am Anfang steht ein genaues Gespräch: Wann treten die Beschwerden auf? Beginnen und enden sie plötzlich? Wie lange dauern sie? Gibt es Auslöser oder Begleitsymptome?

Je nach Beschwerden können anschließend verschiedene Untersuchungen sinnvoll sein:

- **Ruhe-EKG**
- **Herzultraschall**
- **Belastungs-EKG** bei Beschwerden unter körperlicher Anstrengung
- **Langzeit-EKG** zur längeren Aufzeichnung des Herzrhythmus
- **Ereignisrekorder** bei selten auftretenden Beschwerden über mehrere Tage oder Wochen

Smartwatch und Ereignisrekorder

Bei Herzrasen ist es besonders hilfreich, den Herzrhythmus während der Beschwerden aufzuzeichnen. Das ist schwierig, wenn die Beschwerden nur selten auftreten – zum Beispiel alle zwei bis drei Wochen – und nach wenigen Minuten wieder verschwinden.

Ein 24-Stunden-Langzeit-EKG erfasst solche seltenen Episoden oft nicht. Dann können eine **Smartwatch mit EKG-Funktion** oder ein **Ereignisrekorder** sinnvoll sein.

Mit einer Smartwatch sollte möglichst während der Beschwerden ein EKG von mindestens 30 Sekunden aufgezeichnet und gespeichert werden. Bringen Sie die Aufzeichnung zum Termin mit oder senden Sie sie vorab an unsere Praxis.

Wichtig: Eine reine Anzeige der Herzfrequenz reicht zur Beurteilung nicht aus.

Entscheidend ist eine EKG-Aufzeichnung während der Beschwerden.

Nicht jedes Herzrasen kommt vom Herzen

Ein schneller Herzschlag kann auch andere Ursachen haben, zum Beispiel Stress oder Angst, Fieber, Flüssigkeitsmangel, Blutarmut, eine Schilddrüsenüberfunktion, hormonelle Veränderungen in der Pubertät, Koffein oder bestimmte Medikamente.

Auch Herzstolpern durch zusätzliche Herzschläge – sogenannte Extrasystolen – ist bei herzgesunden Kindern und Jugendlichen häufig harmlos. Eine genauere Abklärung ist vor allem sinnvoll, wenn die Beschwerden sehr häufig auftreten, unter Belastung zunehmen oder mit Schwindel beziehungsweise Ohnmacht verbunden sind.

Wenn eine Rhythmusstörung gefunden wird

Wird tatsächlich eine behandlungsbedürftige Herzrhythmusstörung festgestellt, richtet sich die weitere Behandlung nach der genauen Ursache.

Viele anfallsartige Herzrhythmusstörungen können heute durch eine **Katheterablation** dauerhaft beseitigt werden. Dabei werden dünne Katheter über die Blutgefäße bis zum Herzen vorgeschoben. Zunächst wird untersucht, wo die Rhythmusstörung entsteht. Anschließend kann die dafür verantwortliche elektrische Leitungsbahn oder kleine Gewebestelle gezielt verödet oder vereist werden.

Wenn eine Katheterablation sinnvoll ist, erfolgt die weitere Behandlung in einem spezialisierten Zentrum, zum Beispiel im **Deutschen Herzzentrum der Charité (DHZC)**. Je nach Rhythmusstörung und individueller Situation arbeiten wir auch mit anderen spezialisierten Zentren zusammen.

Bei anderen Rhythmusstörungen kommen Medikamente zum Einsatz. Nur selten ist ein Herzschrittmacher oder implantierbarer Defibrillator (ICD) erforderlich.

Termin vereinbaren

Wenn Ihr Kind wiederholt Herzrasen, Herzstolpern, Schwindel oder andere auffällige Beschwerden hat, können Sie einen Termin zur kinderkardiologischen Abklärung vereinbaren.

- **Terminart:** Kinderkardiologie Neuvorstellung – bei erstmaliger Abklärung
- **Terminart:** Kinderkardiologie Verlaufskontrolle – bei bereits bekannter Problematik
- **Buchung:** über [Doctolib](#)

Bitte bringen Sie vorhandene EKG-Aufzeichnungen zum Termin mit, zum Beispiel von einer Smartwatch, aus einer Notfallambulanz oder aus Ihrer kinderärztlichen Praxis.

Weiterführende Informationen

- [Deutsche Herzstiftung: Herzrhythmusstörungen](#)
- [AWMF-Leitlinie: Herzrhythmusstörungen im Kindes- und Jugendalter](#)

Nützliche Links



Deutsche Herzstiftung: Herzrhythmusstörungen

<https://herzstiftung.de/system/files/2020-06/KS14-Herzrhythmusstoerungen-2014.pdf>



AWMF-Leitlinie: Herzrhythmusstörungen im Kindes- und Jugendalter

<https://register.awmf.org/de/leitlinien/detail/023-022>

Letzte redaktionelle Prüfung am: 07.09.2026.