



# Kun je sterven van verdriet?

Gezond

**ARTIKEL** Van actrice Romy Schneider wordt gezegd dat ze is gestorven van verdriet, kort nadat ze haar zoon verloor na een ongelukkige val. Ook Maria Callas zou zijn overleden aan een gebroken hart, en wel negen jaar nadat haar partner Onassis haar inruilde voor Jacky Kennedy, de weduwe van John. F. Kennedy. Kan dat? Doodgaan van verdriet?

Door: Margreet Vermeulen

17 januari 2016, 19:30

---

Extreme emoties, angst of bijvoorbeeld verdriet om het verlies van een dierbare, kunnen inderdaad dodelijk zijn. Medici spreken van het 'gebroken-hart-syndroom': een tijdelijke verzwakking of zelfs verlamming van de hartspier onder de invloed van extreme sensaties als angst, rouw of paniek. De meeste patiënten komen met de schrik vrij. Een enkeling overlijdt.



---

Vaststaat dat heftige emoties de aanmaak van hormonen als adrenaline en noradrenaline flink opjagen

— Paul Volders, hoogleraar Genetische Cardiologie aan het Maastricht Universitair Medisch Centrum

---

Het mechanisme achter het gebroken-hart-syndroom is nog niet helemaal duidelijk, vertelt Paul Volders, hoogleraar Genetische Cardiologie aan het Maastricht Universitair Medisch

Centrum. 'Vaststaat dat heftige emoties de aanmaak van hormonen als adrenaline en noradrenaline flink opjagen, onder meer door activatie van het onwillekeurig zenuwstelsel. Sommige mensen kunnen daar niet tegen. Hun hartspier verstijft waardoor er onvoldoende bloed wordt rondgepompt.'

De symptomen doen denken aan een hartinfarct. Pijn op de borst en kortademigheid. Maar bij een hartinfarct zijn er kransslagaders verstopt waardoor het hart te weinig bloed krijgt en de hartspier beschadigd raakt. 'Bij stress-cardiomyopathy - zoals het gebroken-hart-syndroom officieel heet - zijn de kransslagaders niet verstopt maar schoon en is het spierweefsel van het hart aanvankelijk intact', aldus Volders. Uiteindelijk kan wel weefselschade optreden.

## Vrouwen

Volders schat dat het fenomeen in Nederland jaarlijks zo'n 1.000 keer wordt gediagnosticeerd in een ziekenhuis. De meeste patiënten genezen. Een enkele pechvogel overlijdt. De ziekte is door de medische wetenschap pas in de jaren '90 voor het eerst beschreven. Kunstenaars wisten allang dat (de stress van) een gebroken hart dodelijk kan zijn. In de opera Dido en Aeneas van Purcell (1688) sterft prinses Dido aan een gebroken hart. In Romeo en Juliet (1591) laat Shakespeare de moeder van Romeo overlijden - door acute ademnood - als ze hoort dat haar zoon is verbannen.

Negentig procent van de patiënten is vrouw en boven de 60. De ontdekkingstocht naar het syndroom begon eind jaren '70 toen het British Medical Journal een studie publiceerde waarin 4.500 weduwen negen jaar lang werden gevolgd. In de eerste zes maanden na het overlijden van hun man hadden ze een veertig procent hogere kans om te overlijden dan normaal. Veelal aan hartproblemen. Het overlijdensrisico liep langzaam terug naar normaal.

## Acuut



De boosdoener is niet zozeer het verdriet zelf, maar de stress die het kan opleveren

— Geert Smid, psychiater bij Centrum '45

Het gebroken-hart-syndroom ontstaat meestal acuut. Langdurige rouw en verdriet is niet dodelijk, maar kan wel de levensverwachting bekorten, vertelt Geert Smid, psychiater bij Centrum '45. 'De boosdoener is niet zozeer het verdriet zelf, maar de stress die het kan opleveren. Van stress gaan de bloeddruk en de hartslag omhoog met, op termijn, alle gevaren

van dien.'







Aanhoudende droefenis kan de dood ook bespoedigen via psychische aandoeningen als depressie of posttraumatische stress stoornis. De risico's zitten vooral in gedragsveranderingen zoals ongezond eten, minder bewegen, alcohol en minder sociale contacten. Kortom, verdriet kan dodelijk zijn. Desnoods via een omweg.

Ontvang elke dag de Volkskrant Avond Nieuwsbrief in uw mailbox, met het nieuws van vandaag, tv-tips voor vanavond, en alvast zes artikelen uit de krant van morgen. [Schrijf u hier in.](#)



---

Volg en lees meer over:

 [EMOTIES](#) |  [GEZOND](#) |  [PSYCHOLOGIE](#) |  [STRESS](#) |  [VERDRIET](#) |  [WETENSCHAP](#)



**MARGREET VERMEULEN**

 **VOLGEND**



## GERELATEERDE ARTIKELEN

---

[Medicijntekorten in vijf jaar tijd verviervoudigd](#)

18 januari 2016

[David Bowie krijgt een eigen sterrenbeeld](#)

18 januari 2016

[SpaceX-raket valt te pletter na landing](#)

18 januari 2016

## MEEST GELEZEN WETENSCHAP

---

1. [SpaceX-raket valt te pletter na landing](#)



10980

2. [David Bowie krijgt een eigen sterrenbeeld](#)

6109

3. [Kun je sterven van verdriet?](#)

5529


4. [Medisch nieuws met dosis duiding en nuance](#)

# 5. 'Misschien weer een jaar doodmoe'

3072

[BEKIJK HELE LIJST](#)

## NU BIJ DE VOLKSKRANT



DE LAATSTE OORLOG,  
EXCLUSIEF VERKRIJGBAAR  
BIJ DE VOLKSKRANT

[Bestel nu](#)



UNIEKE 12-DELIGE COLLECTIE

[Bestel nu](#)



MAD MEN,  
EXCLUSIEF VERKRIJGBAAR  
BIJ DE VOLKSKRANT

[Bestel nu](#)

[NAAR DE WINKEL](#)


twitter



facebook

## Volg de Volkskrant

Schrijf u in voor de dagelijkse  
nieuwsbrief

[Aanvragen](#)



Archief



Mobiele apps



De Volkskrant



Service en contact



© 2016 - Alle rechten voorbehouden

[Lees de gebruiksvoorwaarden](#)

Bezoek ook:

[Het Parool](#) - [AD](#) - [Trouw](#) - [Paper](#)

X

X