

# Waden!krämpfe\* wirksam behandeln

\*verursacht durch Magnesiummangel



1x täglich:



- Löst schmerzhafte Wadenkrämpfe bei Magnesiummangel
- Schnell versorgt durch gelöste Magnesium-Ionen
- Hochdosiert und gut verträglich

Entspannt durch die Nacht.  
Aktiv durch den Tag.



Bioelectra® Magnesium 365 mg fortissimum Brausetabletten Zitronengeschmack. Anwendungsgebiet: Nachgewiesener Magnesiummangel, wenn er Ursache für Störungen der Muskeltätigkeit (neuromuskuläre Störungen, Wadenkrämpfe) ist. Enthält Natrium- und Kaliumverbindungen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: 03/2013



Serie: Folge 53 **+** Beim Hausarzt // Reiseübelkeit

**Dr. med. Dierk Heimann**  
Er ist seit 20 Jahren Arzt und hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.  
[www.ihr-hausarzt-in-mainz.de](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)



„Können Pflaster gegen Reiseübelkeit gefährlich sein, Herr Doktor?“

**R**eisekaugummis, Akupunktur, Akupressur, Ingwer. Die Patientin, die zu mir in die Praxis kommt, hat gegen ihre Reiseübelkeit schon alles probiert, was frei verkäuflich ist. „Aber jedes Mal wird mir wieder schlecht. Im Bus, im Flieger, auf dem Schiff. Jetzt haben mir meine Kinder eine Kreuzfahrt geschenkt. Was mache ich bloß, Herr Doktor?“ Die ältere Dame ist wirklich verzweifelt. Sie packt eine mitgebrachte Tüte vor mir aus – mit sämtlichen gängigen Medikamenten aus der Apotheke. „Nichts hilft.“

#### Kann man da wirklich nichts machen?

Zunächst muss ich meiner Patientin erklären, wie es zu Reiseübelkeit kommt. „Die Körpersinne senden verschiedene Informationen ans Gehirn, die nicht zueinander passen – deshalb wird den Betroffenen übel. Ausgelöst durch das Gehirn. Wir müssen also dort ansetzen.“ Sie schaut mich an. „Im Gehirn? Soll ich jetzt Psychopharmaka schlucken?“ Ich verstehe ihre Bedenken. Tatsächlich muss man mit diesen stärkeren Medikamenten vorsichtig sein. Ich überlege, ihr den Wirkstoff Scopolamin zu verschreiben. Überdosierungen können zu Halluzinationen oder Apathie führen. Auch die Nebenwirkungen sind nicht ganz ohne – gerade bei älteren Patienten. „Diese stärkeren Medikamente wirken direkt im Zentralen Nervensystem, also im Gehirn. Wir müssen prüfen, ob diese Wirkstoffe zu den anderen Erkrankungen und Medikamenten passen, die Sie haben“, erkläre ich und schaue in meine Akte: Leber und Nieren sind laut Labor in Ordnung. Das Herz im EKG auch. Meine Patientin nimmt auch keine Medikamente ein, bei denen Vorsicht geboten wäre – wie bei bestimmten Antidepressiva. Allerdings hat sie mir vor ein paar Monaten von „Problemen mit dem Sehen“ berichtet. Ein erhöhter Augeninnendruck (Engwinkel-Glaukom) und die Gabe von Scopolamin können zu einem echten „Überdruckunfall“ im Auge führen und das Augenlicht gefährden.

#### Unbedingt auf Nummer sicher gehen ...

„Waren Sie wegen Ihrer Seh-Schwierigkeiten schon beim Augenarzt?“, frage ich. Meine Patientin schüttelt ihren Kopf. „Vorher kann ich Ihnen das Scopolamin nicht aufschreiben. Wir müssen klären, ob ein zu hoher Druck in Ihren Augen besteht, der für Ihre Sehstörungen verantwortlich war.“ Sie nickt. Ich lasse einen kurzfristigen Termin beim Kollegen vereinbaren. Das Ergebnis ist gut: kein erhöhter Druck, kein Engwinkel-Glaukom. Also kann ich ihr den Wirkstoff Scopolamin verschreiben. Den kann sie sich als Pflaster hinter das Ohr kleben. „Für drei Tage haben Sie dann meistens Ruhe. Am Abend vor der Abreise kleben Sie das Pflaster hinter das Ohr. Dann alle drei Tage wechseln.“ Sie nickt. „Kann ich das Pflaster teilen? Reicht das vielleicht?“ Ich muss schmunzeln. „Leider nicht – dann könnte zu wenig ankommen, oder der Wirkstoff läuft aus. Probieren Sie lieber vor der Reise mal ein Pflaster aus, wenn Sie unsicher sind.“ Sie ist noch nicht überzeugt. „Muss ich auf etwas Spezielles achten?“, fragt sie. „Ja, Sie dürfen mit dem Pflaster keinen Alkohol trinken. Auch nicht am Tag danach.“ Ein Vierteljahr später ist sie wieder bei mir. Nebenbei sagt sie: „Die Kreuzfahrt war übrigens wunderbar. Mir war gar nicht schlecht.“ Schön, wenn ich dazu beitragen konnte ...

TEXT: DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO: CHRISTOF MATTES FÜR TV HÖREN UND SEHEN



## IM ALTER AN DIE LEBER DENKEN

**Nicht nur Medikamente und Übergewicht schaden der Leber. Auch Typ-2-Diabetes kann für eine nicht-alkoholische Fettleber verantwortlich sein**

In Deutschland leiden etwa fünf Millionen Menschen an einer Lebererkrankung oder Leberfunktionsstörung. Lebererkrankungen bleiben oft unbemerkt, weil sie sich anfangs nur durch unspezifische Symptome wie Abgeschlagenheit, Müdigkeit oder ein Druckgefühl im Oberbauch äußern.



**JETZT  
in Ihrer  
APOTHEKE**

- ✓ **Unterstützt die Leistungsfähigkeit der Leber mit fünf natürlichen Wirkstoffen**
- ✓ **Stellt die beeinträchtigte Ausscheidungs- und Entgiftungsfunktion wieder her**
- ✓ **Ist auch in der Langzeitanwendung bei chronischen Beschwerden gut verträglich**
- ▶ **Mehr Informationen unter [www.lebertabletten.de](http://www.lebertabletten.de)**

Hepar-Hevert Lebertabletten SL. Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Besserung der Beschwerden bei Leber- und Galle-Störungen. Eine Arzneimitteltherapie bei Lebererkrankungen ersetzt nicht die Vermeidung der die Leber schädigenden Ursachen (zum Beispiel Alkohol) und sollte nicht ohne ärztlichen Rat erfolgen. Bei anhaltenden, unklaren oder neu auftretenden Beschwerden sowie bei Gallensteinleiden, bei Verschluss der Gallenwege und bei Gelbsucht sollte ein Arzt aufgesucht werden, da es sich um Erkrankungen handeln kann, die einer ärztlichen Abklärung bedürfen. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. PZN: 07021040.

Hevert-Arzneimittel · [www.hevert.de](http://www.hevert.de) · In der Weiherwiese 1 · 55569 Nussbaum