

„Wie komme ich um die Insulinspritze herum, Herr Doktor?“



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

Betroffen starrt meine 59-jährige Patientin auf den Ausdruck mit ihren Blutwerten. Sie leidet seit 14 Jahren unter der Blutzuckerkrankheit Diabetes mellitus. Bislang ist sie mit einem oralen Antidiabetikum gut versorgt gewesen, doch nun werden leider ihre Werte schlechter – die vierteljährlichen Kontrollen zeigen diese Entwicklung ganz deutlich. „Herr Doktor, was mache ich jetzt? Ich möchte auf gar keinen Fall Insulin spritzen!“ Ich verstehe sie. Zudem haben wir in den vergangenen Jahren gelernt, dass wir das Spritzen von Insulin möglichst lange hinausschieben sollten – sofern die Erkrankung das zulässt. Ich schaue in ihre Akte. „Momentan nehmen Sie den Wirkstoff Metformin dreimal täglich mit 1000 Milligramm zum Essen ein. Das ist schon die Höchstdosis.“ Nun nehme ich das Blatt mit ihren Werten.

Was sagt der HbA1c-Wert aus?
„Ihre Nieren funktionieren gut, das ist toll. Aber Ihr ‚Blutzucker Gedächtnis‘, der HbA1c-

Wert, liegt inzwischen bei 7,6 Prozent – den sollten wir auf maximal 6,5 Prozent senken.“ Der HbA1c-Wert ist eine Art Diabetes-Flugschreiber. Er zeigt uns die Blutzucker-Stoffwechsellage der letzten 100 Tage. Je niedriger er ist, desto besser. Ich überlege, welchen Wirkstoff ich meiner Patientin empfehlen soll – es gibt mittlerweile eine große Auswahl. Da meine Patientin übergewichtig ist und ihre Blutgefäße erste Kalkablagerungen zeigen, fällt mir ein sogenannter SGLT2-Inhibitor ein. Diese Medikamente führen dazu, dass der Blutzucker über die Nieren ausgeschieden wird. Dadurch verlassen unnötige Kalorien den Körper, wodurch die Patienten Gewicht verlieren. Gleichzeitig werden Herz und Blutgefäße geschützt, und sogar der Blutdruck bessert sich. Ich schlage es meiner Patientin vor. „Und was für Nebenwirkungen hat das?“ möchte sie wissen. „Wir müssen darauf achten, dass Ihr Blutzuckerspiegel nicht zu tief fällt. Das Gehirn braucht Blutzucker. Wenn Sie sich komisch fühlen, zittern, kaltschweißig werden, bitte sofort ein Glas Orangensaft trinken.“ Meine Patientin nickt.

Wie erfolgreich ist das Verfahren?

„Leider ist der Zucker im Urin ein idealer Nährboden für Bakterien oder Pilze. Sobald Sie eine Blasenentzündung spüren, setzen Sie den Wirkstoff ab und sagen mir Bescheid. Nach dem Ausheilen der Entzündung können wir die Behandlung aber sofort fortsetzen.“ Meine Patientin macht sich Notizen. „Wir beginnen niedrig dosiert mit zehn Milligramm Empagliflozin und können dann – bei Bedarf – auf bis zu 25 Milligramm steigern. Das Medikament konnte in Studien zeigen, dass es das Risiko für Herzinfarkte, Schlaganfälle und sogar Herz-Kreislauf-Todesfälle um bis zu ein Drittel senken kann. Zudem werden Sie wahrscheinlich abnehmen.“ Meine Patientin wirkt wie elektrisiert. Vor allem wegen des Abnehmens – das fällt Diabetikern oft schwer, weil ihre Insulinresistenz es verhindert, körpereigene Fettzellen abzuschmelzen. Als ich meine Patientin nach drei Monaten wiedersehe, haben sich ihre Werte verbessert, sie hat vier Kilogramm Gewicht verloren – und sie muss weiterhin kein Insulin spritzen.

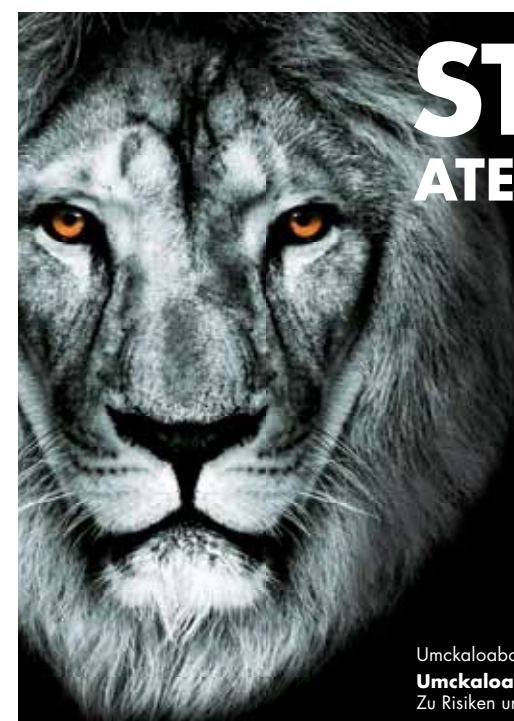
TEXT: DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO: CHRISTOF MATTES FÜR TV HÖREN UND SEHEN

Millionen bewegte sein Schicksal:

Eine Geschichte, die Mut macht!

Der Vorfall sollte sein Leben für immer verändern: Dr. Dierk Heimann, Arzt und Familienvater, hält bei einem Kongress einen Vortrag und erleidet auf der Bühne währenddessen einen schweren Schlaganfall. Nur knapp und wegen des schnellen Handelns seiner Kollegen können Spezialisten Dierk Heimann retten. Und damit beginnt die schwerste Reise seines ganzen Lebens: Dierk Heimanns persönlicher Mount Everest. Denn die behandelnden Ärzte machen ihm nicht viel Hoffnung. Mit schweren bleibenden Schäden müsse er rechnen. Aber damit will sich Dierk Heimann nicht abfinden. Und tatsächlich schafft er es innerhalb kurzer Zeit, seine Sprache wiederzufinden und sich fast wieder normal bewegen zu können. Wie ein Wunder haben Familie, Ärzte und Freunde das empfunden. Nicht zuletzt deshalb hat Dierk Heimann ein Buch über diese Reise zurück zu seinem alten Selbst geschrieben – um Mut zu machen und zu zeigen, dass meistens viel mehr möglich ist, als viele denken. Gelesen von dem herausragenden Sprecher Olaf Pessler, ist Dierk Heimanns bewegende Geschichte jetzt auch als Hörbuch erhältlich (**Medical Tribune audio, 19,90 €**).

Kostenlose Hörprobe: www.wie-ein-wunder.de



STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT*

Das pflanzliche Anti-Infektivum* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie packt den Infekt mit der Wurzel.

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer

Umckaloabo®
Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®



*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidooides-Wurzeln-Auszug. Anwendungsgebiete: Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. ISO-Arzneimittel - Eitlingen U/01/01/18/08