



„Welcher Gesundheits-Check ist wirklich sinnvoll, 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

Meine 58-jährige Patientin fragt, welche Vorsorgeuntersuchungen von der Krankenkasse bezahlt werden. Ich erläutere: „Beim sogenannten Check-up nehmen wir Ihnen Blut ab und bestimmen den Cholesterin-Spiegel sowie die Blutzucker-Werte, um festzustellen, ob Sie zur Zuckerkrankheit Diabetes mellitus neigen. Das merken Sie selbst meist nicht. Die Cholesterinwerte sagen uns etwas über Ihr Herzinfarkt-Risiko. Neben einer körperlichen Untersuchung sprechen wir über mögliche Beschwerden.“ Meine Patientin sieht mich überrascht an. „Das ist alles, Herr Doktor?“ „Sie sind über 55 Jahre alt, daher sollten Sie eine Vorsorge-Koloskopie, also eine Spiegelung des Darms, durchführen lassen.“ Meine Patientin winkt ab. „Das bringt doch nichts, Herr Doktor.“ Ich schüttle energisch den Kopf. „Eine neue Untersuchung aus den USA zeigt: Wenn wir bei einer solchen Vorsorgeuntersuchung nichts im Darm sehen, ist das Risiko für Darmkrebs in den nächsten zehn Jahren sehr, sehr gering. Das ist doch beruhigend!“

Sie können Ihr Darmkrebsrisiko senken

„Und wenn etwas gefunden wird?“, will meine Patientin wissen. „Wenn wir etwas sehen, sind es oft sogenannte Polypen, mögliche Krebsvorstufen. Experten sagen, dass sich das Risiko für Darmkrebs um bis zu 90 Prozent senken lässt, wenn Patienten die Untersuchung wahrnehmen und dabei Polypen entdeckt und beseitigt werden. Leider nutzen das noch viel zu wenige Menschen, obwohl es bezahlt wird.“ Meine Patientin ist

noch nicht überzeugt. Ich könnte ihre Meinung so stehen lassen, doch das Thema ist mir zu wichtig, ja oft lebensentscheidend. Ich versuche es mit einem Kompromiss-Vorschlag. „Wir können es doch so machen: Ich gebe Ihnen einen Stuhltest auf verstecktes Blut mit. Der ist ab dem 50. Lebensjahr empfohlen. Wenn der anschlägt, könnte wirklich etwas in Ihrem Darm sein Unwesen treiben, und Sie lassen eine Spiegelung machen.“ Meine Patientin nickt.

Wie eine Darmspiegelung abläuft

Tatsächlich zeigt der Test Spuren von nicht sichtbarem Blut. Noch bevor ich beim nächsten Besuch auch nur ein Wort sagen kann, beginnt meine Patientin von sich aus: „Ich mache es, Herr Doktor. Der Test hat mir gezeigt, dass auch in mir etwas schlummern könnte. Können Sie mich bitte überzeugen?“ Ich nicke und stelle ihr eine Über-

weisung aus. Ein Anruf genügt – und sie hat den Termin. Ich gebe ihr einen Tipp mit auf den Weg: „Trinken Sie die Spülflüssigkeit am Tag davor ganz kalt aus dem Kühlschrank. Dann fällt es am leichtesten.“

Zwei Wochen später findet die Untersuchung statt. Die Büroangestellte lässt sich von ihrem Mann fahren, weil sie eine Schlafrispritze möchte. Während der Untersuchung wird ein kleiner Polyp im Dickdarm entfernt, der sich in ein paar Jahren womöglich unbemerkt in Krebs verwandelt hätte. Er war wohl für die winzigen Blutspuren im Stuhl verantwortlich.

Meine Patientin ist erleichtert und kommt extra vorbei, um sich zu bedanken. „Gut, dass Sie mir den kleinen Schubs gegeben haben. Den habe ich gebraucht.“ Ich bin froh, dass das Motto der Stiftung Lebensblicke zur Früherkennung von Darmkrebs gestimmt hat: Ein Anruf hat genügt.



Eine Geschichte, die Mut macht!

Mit 46 Jahren erleidet Dr. Dierk Heimann einen schweren Schlaganfall. Entgegen allen Prognosen überlebt er und erholt sich fast vollständig. Er gilt als medizinisches Wunder und statistische Ausnahme. Mit beeindruckender Ehrlichkeit erzählt Dr. Heimann von seiner Doppelrolle als Patient und Mediziner. Ein Lebensratgeber, der Mut macht!

Ab 1. März erhältlich!

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



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

Hämorrhoiden?

Hametum® – Die pflanzliche Therapie!*



- ▶ Hemmt Juckreiz
- ▶ Lindert Brennen
- ▶ Fördert das Abheilen kleinerer Wunden

Hametum® Hämorrhoidensalbe. Wirkstoff: Hamamelisblätter- und zweigedestillat. Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidalleiden. Hinweis: Blut im Stuhl bzw. Blutungen aus dem Darm-After-Bereich bedürfen grundsätzlich der Abklärung durch den Arzt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe H2/01/08/17/04

* Zur Besserung von Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidalleiden.

