

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

„Kann mich die Sauna krank machen, 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

Meiner 48-jährigen Patientin merke ich schon beim Hereinkommen an, dass es ihr unangenehm ist, über ihre Beschwerden zu sprechen. „Ich habe zwei Probleme, Herr Doktor.“ Ich blicke sie aufmerksam an. „Ich glaube, ich habe mir einen Fußpilz zugezogen – und im Intimbereich habe ich das auch.“ Ich lasse mir ihre Füße zeigen – tatsächlich sind beide gerötet und schuppen leicht. Da der Juckreiz stark ausgeprägt und die Haut heftig entzündet ist, verschreibe ich ihr ein Pilzmittel mit etwas Kortison. „Waren Sie denn bei Ihrem Gynäkologen? Das zweite Problem ist ja eher etwas für ihn.“ Meine Patientin nickt. „Er hat mir etwas verschrieben. Doch da ich auch an den Füßen einen Pilz habe, hat er gesagt, dass ich zu Ihnen gehen soll, um zu überprüfen, ob mit meinem Immunsystem alles okay ist.“

Woher kommen die Infektionen?

Ich kann den Hinweis des Kollegen nachvollziehen – tatsächlich können vermehrte Pilzinfektionen anzeigen, dass etwas mit den Abwehrkräften nicht stimmt. „Haben Sie denn in letzter Zeit ein Antibiotikum eingenommen?“ Meine Patientin schüttelt den Kopf. Seit langem ist bekannt, dass eine Antibiotikaeinnahme das Auftreten von Pilzinfektionen begünstigt. Also muss es etwas anderes sein. Nur was? „Ich lasse eine Blutuntersuchung machen und schaue

mir Ihr Blutbild an“, schlage ich vor. Am nächsten Tag habe ich das Ergebnis. „Alles normal“, sage ich meiner Patientin. Ich muss weiter versuchen, der Ursache auf die Schliche zu kommen – mit einer delikaten Frage: „Hatten Sie einen neuen Sexualpartner?“ Die Augen der Verwaltungsangestellten weiten sich. „Wo denken Sie hin, Herr Doktor?“ Also nicht. „Waren Sie in letzter Zeit im Hallenbad?“ Wieder Fehlansage. Ich notiere alles in der Akte, da fragt sie: „Oder gilt das Abkühlbecken der Sauna auch als Hallenbad?“ Ich werde hellhörig. „Gehen Sie in die Sauna?“ Meine Patientin lächelt. „Ja, regelmäßig. Ist ja wunderbar, wenn es draußen kalt ist.“

Pilze in der Sauna?

„Es könnte sein, dass Sie sich Ihre Beschwerden dort geholt haben“, sage ich vorsichtig. Meine Patientin winkt ab. „Nein, da ist es doch so heiß, dass alle Erreger absterben.“ Ich bin mehr als skeptisch. Gerade erst habe ich mehrere Untersuchungen gelesen, die Pilz- und Bakterien-Übertragungen in der Sauna nachgewiesen haben. „Selbst wenn die Luft richtig heiß ist, Bänke und Böden können zum Paradies für Pilze und Erreger werden. Das könnte Ihre Pilzinfektionen erklären. Haben Sie vielleicht ohne Handtuch auf der Bank gesessen und sind Sie barfuß unterwegs gewesen?“ Meine Patientin nickt verstohlen. „Das ist wichtig: Setzen Sie sich immer auf ein frisches Handtuch! Und die Füße danach desinfizieren. Wie im Schwimmbad.“

In der Apotheke gibt es solche Sprays für ein paar Euro zu kaufen. Ihr Gynäkologe kennt sicher auch Präparate, um die Scheide widerstandsfähiger gegen Pilze zu machen.“ Meine Patientin nickt. Nach einigen Wochen kommt sie wegen Rückenschmerzen zu mir. Im Herausgehen sagt sie: „Herr Doktor, es ist übrigens alles weg – und dank der Vorbeugung auch nicht wiedergekommen ...“



Jetzt erhältlich!

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!



STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT*

Das pflanzliche Anti-Infektivum* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer *bei akuter Bronchitis

Umckaloabo®

Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®

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

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidoides-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 – Ettlingen U/01/11/19/08

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.

