



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

„Schadet das Feuerwerk meiner Lunge, Herr Doktor?“

Meine 45-jährige Patientin legt mir ihr Asthmaspray auf den Tisch. „Herr Doktor, ich brauche ein neues Rezept. Und da meinte meine Tochter, ich solle doch mal nachfragen, wie umweltschädlich mein Asthmaspray ist.“ Sie lächelt etwas verlegen. „Oder ist das übertrieben?“ Ich schüttele den Kopf. „Gar nicht! Ein Forscherteam der Cambridge Universität hat gerade veröffentlicht, dass herkömmliche Asthmasprays tatsächlich stark klimaschädlich sind. Die Wirkung auf das Klima entspricht vier Prozent des gesamten CO₂-Ausstoßes Großbritanniens! Und bei uns sind die Zahlen sicher ähnlich“, sage ich.

Gibt es umweltfreundliche Sprays?

Die Verkäuferin schaut mich überrascht an. „Mich hat diese Studie auch überrascht“, gebe ich zu. „Doch es gibt Alternativen.“ „Und was sind das für Mittel?“, fragt meine Patientin. „Helfen die auch? Ich brauche doch mein Spray!“ Ich

schaue in den Computer. „Es gibt inzwischen verschiedene Trockenpulverinhalatoren. Die wirken vielfach sogar besser. Sie atmen damit durch das Gerät ein und reißen mit dem Luftstrom die Wirkstoffpartikel mit. Wir haben sogar mehrere Wirkstoffkombinationen zur Auswahl.“ „Aber zahlt das auch die Krankenkasse?“, will meine Patientin nun wissen. „Ja, die Krankenkasse bezahlt die Inhalatoren. Wir suchen uns ähnliche Wirkstoffe heraus wie die, die heute in Ihrem Spray stecken.“ Ich lächle meine Patientin an. „Kritiker mögen einwenden, das sei nicht der Rede wert, doch ich finde, Ihre Tochter hat recht. Jeder Weg beginnt mit dem ersten Schritt. Und wenn viele Menschen einen kleinen Beitrag leisten, wird es eine große Klimaersparnis – und das ist doch ein guter Start ins neue Jahr.“ Meine Patientin nickt zufrieden.

Vorsicht an Silvester!

„Eins noch ... Wissen Sie schon, wie Sie Silvester verbringen werden?“ „Ach, wir werden wieder mit unseren Nachbarn feiern“, sagt meine Patientin. „Dann vermeiden Sie es bitte, sich in

den Nebel der Feuerwerkskörper zu stellen“, sage ich. Um mit den Raketen verschiedene Farbeffekte zu erzielen, werden dem Schwarzpulver nämlich unterschiedliche Metallverbindungen zugesetzt. Nach größeren Feuerwerken kann die Luft angeblich Feinstaubpartikel mit bis zu 30 giftigen Metallverbindungen enthalten, die in der Lunge Entzündungsreaktionen hervorrufen können. Gerade Asthmatiker reagieren darauf empfindlich. Laut der Deutschen Umwelthilfe werden an Silvester innerhalb weniger Stunden etwa 5000 Tonnen Feinstaub freigesetzt. Das soll etwa 17 Prozent der jährlich im Straßenverkehr entstehenden Feinstaubmenge entsprechen. Für Asthmatiker bedeutet das: mehr Husten, Luftnot und Engegefühl im Brustkorb. „Am besten bleiben Sie im Haus“, sage ich deshalb. Viele meiner Patienten mit chronischen Atemwegserkrankungen fahren sogar für ein paar Tage ins Grüne, um der Belastung zu entgehen. „Ich mache mir eh nichts aus der Knallerei!“, sagt meine Patientin. „Dann auf ein gesundes neues Jahr, Herr Doktor!“

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

- 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



STARK GEGEN DURCHFALL – GUT FÜR DEN DARM

Gegen akuten Durchfall, Reisedurchfall und Antibiotika-Durchfall.

- + Bindet die Erreger und scheidet sie aus
- + Lindert Entzündungen und beruhigt den Darm
- + Stabilisiert die empfindliche Darmflora
- + Stärkt das Darm-Immunsystem



Wirksamkeit mehrfach klinisch belegt*

Natürlicher Wirkstoff • Gut verträglich • Auch für Kinder geeignet

*Höchter, W. et al. Münch med Wochenschr. 1990, 132: 188–92. Kollaritsch, H. H. et al. Münch med Wochenschr. 1988, 38: 671–4. Shan, L. S. et al. Benef Microbes. 2013, 4: 329–34.

Perenterol® forte 250 mg Kapseln. Zur symptom. Behandlung akuter Diarrhöen. Zur Vorbeugung und symptom. Behandlung v. Reisediarrhöen sowie Diarrhöen unter Sondenernährung. Zur begleitenden Behandlung bei Akne. Enthält Lactose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand: Dezember 2017. MEDICE Arzneimittel, Iserlohn. www.perenterol.de

