

# „Kann eine Impfung meine Lunge stärken, Herr Doktor?“

**B**ei der 55-jährigen Lehrerin vor mir wurde vor Jahren ein Herzklappenfehler diagnostiziert, der bald operiert werden soll. Genau deshalb bereitet mir ein anderes Thema Sorgen: „Wie steht es denn um Ihren Impfstatus?“ Die vierfache Mutter sieht mich überrascht an. „Bestens. Das wissen Sie ja.“ In ihrer Akte sehe ich, dass bei ihr alle Standardimpfungen durchgeführt und regelmäßig aufgefrischt wurden. „Ich vermisste eine Pneumokokken-Impfung“, sage ich. Unsere Blicke treffen sich. „Warum sollte ich das machen lassen?“

## Für wen ist diese Impfung wichtig?

„Pneumokokken sind Bakterien, die in vielen von uns zu finden sind und die meistens kein Unheil anrichten“, erkläre ich. „Wenn aber doch, dann kann eine Lungenentzündung oder eine Blutstrominfektion, eine Sepsis, auftreten. Dann wird's echt gefährlich. Ab 60 sollte sich jeder impfen lassen.“ Ein Lächeln huscht über das Gesicht meiner Patientin. „Sie machen mich älter, als ich bin, Herr Doktor.“ Jetzt muss ich lächeln. „Leidet man unter einer chronischen Erkrankung – so wie Sie mit Ihrem Herzfehler, sollte bereits ab 50 geimpft werden.“ Die Biologielehrerin überrascht mich mit einer kniffligen Nachfrage. „Es gibt doch verschiedene

Varianten an Pneumokokken. Deckt der Impfstoff alle ab?“ Gut, dass ich gerade erst einen Artikel dazu gelesen habe, sonst müsste ich jetzt passen. „Es gibt zwei Impfstoffe. Einer deckt 23, der andere 13 Bakterientypen ab. Die Empfehlungen sehen für Erwachsene den Impfstoff mit den 23 Varianten vor. Bei beiden sollte alle fünf Jahre eine Auffrischung erfolgen.“

## Auf Nummer sicher gehen!

„Und was raten Sie mir, Herr Doktor?“ Ich erkläre: „Normalerweise halte ich mich strikt an die Empfehlungen der Ständigen Impfkommission, der STIKO. Doch seit 2017 wird leidenschaftlich darüber diskutiert, für welche Patientengruppen welcher Impfstoff der beste ist. Es gibt sogar Empfehlungen, bestimmte Patienten, etwa mit Immunstörungen oder unter hoch dosierter Kortisontherapie, mit beiden Impfstoffen zu versorgen. Sie zählen zwar nicht zu einer solchen Immun-Risikogruppe, doch die anstehende Herz-Operation wird Ihre Abwehrkräfte fordern. Mein Rat: Lassen Sie sich zweimal piksen. Mit beiden Impfstoffen.“ Die Krankenkasse übernimmt zwar nur eine Impfung, trotzdem folgt meine Patientin meinem Rat. Sie verträgt die Impfungen gut. Auch die Herz-Operation verläuft problemlos. Von einer Lungenentzündung bleibt sie verschont.

## 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)

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



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**<sup>®</sup>  
Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut<sup>®</sup>

Umckaloabo<sup>®</sup> ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo<sup>®</sup> 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

Weil wir gerne *aktiv* sind

## Mit Weißdorn Herz und Kreislauf natürlich unterstützen

Sie stehen mitten im Leben, empfinden Ihren Alltag aber oft als anstrengend? Wenn Sie z. B. beim Treppensteigen oder bei ausgedehnteren Spaziergängen häufiger außer Atem geraten und schneller erschöpft sind, dann könnten Ihr Herz und Ihr Kreislauf etwas Unterstützung gebrauchen! Die kommt aus der Natur – in Form eines speziellen Weißdorn-Extraktes.

Wenn Sie auf natürliche Weise etwas dafür tun möchten, weiterhin aktiv zu bleiben, dann ist Weißdorn eine gute Möglichkeit für Sie.

### Crataegutt<sup>®</sup> stärkt Herz und Kreislauf

In Crataegutt<sup>®</sup> steckt ein Weißdorn-Spezial-extrakt, der auf pflanzliche und verträgliche Weise das Herz bei seiner Arbeit unterstützt und dem Kreislauf hilft, fit zu bleiben.



- + Crataegutt<sup>®</sup> enthält Weißdorn-Spezial-extrakt
- + Mit besonders hohem OPC-Anteil

Crataegutt<sup>®</sup> stärkt die Pumpkraft des Herzens, das Blut kann bis in den letzten Winkel gepumpt werden. Es hält die Gefäße elastisch, das Blut kann leichter durch den Körper fließen – für eine bessere Sauerstoffversorgung im Körper.

- Crataegutt<sup>®</sup> hat eine besonders hohe Dosierung (2 x 450 mg), die z. B. von Weißdorn-Tees bei weitem nicht erreicht wird.

- Crataegutt<sup>®</sup> ist seit vielen Jahren das am häufigsten verwendete Weißdorn-Monopräparat.

Crataegutt<sup>®</sup> ist sehr gut verträglich und mit anderen Medikamenten kombinierbar. Bei regelmäßiger Einnahme fühlen Sie sich oft schon nach wenigen Wochen fitter und belastbarer.

## Stärkt Herz und Kreislauf. Für ein aktives Leben.



- Stärkt die Pumpkraft des Herzens
- Hält die Gefäße elastisch
- Für mehr Leistung

PFLANZLICH. GUT VERTRÄGLICH.  
EXKLUSIV IN DER APOTHEKE.

Crataegutt<sup>®</sup> 450 mg Herz-Kreislauf-Tabletten. Wirkstoff: Weißdornblätter-mit-Blüten-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei: Unterstützung der Herz-Kreislauf-Funktion, ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe C/01/02/19/07/A2