



„Warum schmerzen plötzlich meine Gelenke, Herr Doktor?“

Eigentlich kommt meine Patientin in die Sprechstunde, weil sie Probleme mit ihrem Blutdruck hat. Doch sie eröffnet unser Gespräch mit einer anderen Beschwerde: „Mein rechter großer Zeh hat vor zwei Wochen ganz furchtbar weh getan. Ich habe Schmerzmittel genommen, und inzwischen geht es auch wieder. Doch was könnte das gewesen sein?“ Ich schaue mir ihren Fuß an: Das Gelenk ist immer noch leicht gerötet und warm. „Wir sollten Ihren Harnsäurewert kontrollieren. Denn ist zu viel davon im Blut, können sich daraus Kristalle ausbilden, die sich bevorzugt in Gelenken, Schleimbeuteln, Sehnen und in der Haut ablagern. Die Folge sind sehr schmerzhafte Gelenkentzündungen, sogenannte Gichtanfälle. Zu Beginn der Erkrankung ist häufig als Erstes die große Zehe – genauer gesagt das Großzehen-Grundgelenk – betroffen.“

Ich lasse ihr Blut abnehmen und bespreche mit ihr das Ergebnis
„Ihr Harnsäurespiegel liegt über neun und ist

damit viel zu hoch. Ihre Schmerzen im großen Zeh waren sehr wahrscheinlich ein erster akuter Gichtanfall. Um weitere Beschwerden zu verhindern, muss der Harnsäurewert gesenkt werden. Denn die Kristalle können unbehandelt nicht nur zu schweren Gelenkschmerzen führen, sondern auch zu Nierenschäden, da sich auch dort die Harnsäurekristalle ablagern. Harnsäure entsteht beim Abbau der Zellen (Purine) von tierischen Lebensmitteln, insbe-

sondere von Fleisch, Fisch und Schalentieren. Achten Sie darauf, nicht zu viel dieser genannten Lebensmittel zu essen. Und trinken Sie auch möglichst wenig Alkohol. Denn der blockiert die Ausscheidung der Harnsäure über die Nieren. Sie können also in Zukunft auch selbst viel tun, um den Wert zu reduzieren. Doch zunächst braucht es ein Medikament. Ich schreibe Ihnen ein Arzneimittel auf, das die Entstehung der Harnsäure reduziert. Es ver-

hindert den Abbau von Purinen zu Harnsäure, indem es ein bestimmtes Enzym hemmt. In ein, zwei Wochen kontrollieren wir den Harnsäurewert. Wenn der dieser weiterhin zu hoch bleibt oder Sie von diesem Präparat einen Hautausschlag bekommen, setzen Sie es bitte gleich ab und rufen mich an. Zudem kann es sein, dass Sie trotz des Medikaments einen erneuten Gichtanfall bekommen, weil die Harnsäurekristalle in den Gelenken sich auflösen beginnen. Wenn es dazu kommt, melden Sie sich bitte auch. Und trinken Sie im Rahmen der Behandlung mit dem Medikament viel Wasser!“

Nach acht Wochen sehe ich meine Patientin wieder, um die Blutwerte noch einmal zu kontrollieren. Der Harnsäurespiegel liegt jetzt bei fünf. Das ist optimal. Ich rufe sie an und bitte sie, das Medikament weiter zu nehmen, und füge hinzu: „Und bei Ihrem nächsten Besuch gehen wir dann den Blutdruck an. Übrigens schon ein optimaler Harnsäurewert auch Herz und Gefäße – die Verbesserung des Wertes zahlt sich also gleich mehrfach aus.“



Stark gegen Nagelpilz



Ciclopoli Der einzige wasserlösliche Anti-Pilz-Lack

- + einfach und bequem anzuwenden
- + kein Feilen, kein Nagellackentferner
- + dringt rasch in den Nagel ein
- + beschleunigt das Nagelwachstum
- + praktisch unsichtbar

www.nagelpilz-weg.de

rezeptfrei in Ihrer Apotheke

Ciclopoli® gegen Nagelpilz
Wirkstoff: 8% Ciclopirox. Wirkstoffhaltiger Nagellack zur Anwendung ab 18 Jahren. Anwendungsgebiete: Pilzkrankungen der Nägel, die durch Fadenpilze (Dermatophyten) und/oder andere Pilze, die mit Ciclopirox behandelt werden können, verursacht wurden. Warnhinweis: Enthält Cetylstearylalkohol, örtlich begrenzte Hautreizungen (z. B. Kontaktdermatitis) möglich. Apothekenpflichtig. Stand: Februar 2014. Taurus Pharma GmbH, Benzstr. 11, D-61352 Bad Homburg
Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Mein Ruhestifter

Gegen innere Unruhe bei Angstgefühlen und schlechtem Schlaf*

Spezieller Wirkstoff aus Arzneilavendel
Beruhigt und verbessert den Schlaf*
Macht weder abhängig noch tagsüber müde



Rezeptfrei in Ihrer Apotheke

* Schlafstörungen, die aus innerer Unruhe und Angstgefühlen resultieren.

Lasea® 80 mg / Weichkapsel. Für Erwachsene ab 18 Jahren. Wirkstoff: Lavendelöl. Anwendungsgebiete: Zur Behandlung von Unruhezuständen bei ängstlicher Verstimmung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe.

www.lasea.de

L/01/08/15/05



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

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