



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

„Warum liege ich nachts immer zur selben Zeit wach, Herr Doktor?“



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.

Der ältere Herr hat mich in den letzten Wochen häufiger aufgesucht. Es geht ihm nicht gut. Wie so oft „im Alter“ plagen ihn mehrere Probleme. Gleichzeitig. Heute stehen seine Schlafstörungen im Mittelpunkt.

„Ich liege nachts immer zur gleichen Zeit wach, Herr Doktor. Morgens, etwa ab drei Uhr. Das war früher nicht so. Was kann das nur sein?“ Vor meinem geistigen Auge ziehen verschiedene Verdachtsdiagnosen vorbei: Nebenwirkungen seiner Medikamente, Depressionen, Schilddrüsenprobleme, Herzschwäche, Atemwegsprobleme oder ein Prostataleiden. All diese Erkrankungen (und viele mehr) können Ein- und Durchschlafstörungen auslösen.

Herz, Schilddrüse oder Seele – wo liegt die Ursache?

„Haben Sie in letzter Zeit neue Medikamente eingenommen – selbst gekauft oder von Kollegen verordnet?“ Er verneint. Damit sind Medikamentennebenwirkungen unwahrscheinlich. „Grübeln Sie viel? Haben Sie sich an mehr als drei Tagen in der letzten Woche kraftlos oder niedergeschlagen gefühlt? Ist ihnen die

Freude an Dingen abhandengekommen, die ihnen sonst Spaß machen?“ Er blickt mich mit einem verschmitzten Lächeln an. „Nee, Herr Doktor. Ich habe keine Depression. Habe so einen Test im Internet schon gemacht.“

Das freut mich. Über „Dr. Google“ muss ich oft schmunzeln. Bei Depressionen müssen immer mehrere Kriterien zutreffen. Schlafstörungen sind sehr oft dabei. Dann ist es das wohl auch nicht. Gut. „Hat sich denn Ihr Gewicht verändert?“ Er nickt. „Ja, ich habe vier Kilo zugenommen.“ Damit kommen sowohl eine Schilddrüsenunterfunktion (dann steigt das Gewicht) als auch eine Herzschwäche (es sammelt sich Wasser im Körper) infrage. Bei einer Schilddrüsenunterfunktion nehmen Betroffene zu, sind ständig müde, schlafen dadurch tagsüber mehr als sonst und werden nachts wach. „Müssen Sie nachts auf Toilette, mal ans Fenster zum Durchatmen oder Ihr Kissen höher aufrichten als früher?“ Mein Patient nickt. „Stimmt. Ich muss morgens aufs Klo. Wenn ich schon mal wach bin. Das ist neu. Auch fehlt mir im Bett die Luft. Wenn ich von der Toilette komme, ist es besser. Und ja: Habe seit Kurzem tatsächlich zwei Kopfkissen.“

Wenn Wasser in der Lunge nachts zum Problem wird

Damit rückt für mich eine Herzschwäche in den Fokus: Wenn das Herz tagsüber zu schwach pumpt, wird die Flüssigkeit nachts von den Nieren ausgeschieden (sogenannte „Nykturie“). Der Harndrang weckt die Betroffenen. Zudem kann sich Wasser in der Lunge sammeln. Nach dem Aufstehen oder mit hohen Kopfkissen bessern sich die Symptome, da sich die Druckverhältnisse im Lungenkreislauf ändern und die Flüssigkeit vom Kreislauf aufgenommen wird. „Schaffen Sie mehr als zwei Stockwerke beim Treppensteigen ohne Luftnot?“ Er schüttelt den Kopf. Noch ein Hinweis auf eine Herzschwäche. Ich lasse ihm Blut abnehmen und bestimme unter anderem das „proBNP“. Dieser Wert zeigt mir, ob meine Vermutung zutrifft. Tatsächlich, es ist im Laborbefund am nächsten Tag deutlich erhöht. Eine Ultraschalluntersuchung des Herzens zeigt mir: Es pumpt zu schwach. Ich verordne Medikamente. Eine Woche später sehe ich ihn wieder. „Ich kann wieder durchschlafen. Die Luftnot ist auch weg, ich habe vier Stockwerke beim Treppensteigen geschafft.“ Er lächelt. Ich freue mich.

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

*bei akuter Bronchitis



Umckaloabo®

Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut

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

Umckaloabo® 8 g/10 g Flüssigkeit. Für Erwachsene und Kinder ab 1 Jahr. Wirkstoff: Pelargonium-sidooides-Wurzel-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/01/03/16/05