

## NÄCHTLICHER HARNDRANG\*?



**Doppelte Pflanzenkraft**

**Reduziert häufigen Harndrang\***

**Schont die Sexualfunktion**

**Rezeptfrei in der Apotheke.**

\* bei gutartiger Prostatavergrößerung

**Prostagutt® forte 160/120 mg.** 160/120 mg / Weichkapsel. Für männliche Erwachsene. **Wirkstoffe:** Sabal-Dickextrakt und Brennnesseltrockenextrakt. **Anwendungsgebiete:** Beschwerden beim Wasserlassen bei gutartiger Prostatavergrößerung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG - Karlsruhe



P/01/04/17/03

Serie: Folge 71 **+** Beim Hausarzt // Bein krämpfe



**I**hr Gesicht ist schmerzverzerrt. „Herr Doktor, ich kann maximal 100 Meter am Stück gehen, dann halte ich die Schmerzen in meinen Beinen nicht mehr aus. Dann muss ich stehen bleiben und warten, bis es besser wird.“ Ich nicke. Claudicatio intermittens oder Schaufensterkrankheit nennt man ihr Problem. Die Arterien in den Beinen sind verkalkt, sodass zu wenig Blut durch sie hindurchfließen kann. Wenn meine Patientin sich anstrengt, gieren die Muskeln förmlich nach Sauerstoff. Sie verkrampfen. Das Problem mit den verkalkten Arterien war meiner Patientin bewusst. Bislang hat es nur keine Schmerzen verursacht. „Was machen wir denn jetzt?“, möchte sie wissen. „Eigentlich wäre eine Operation mit einem Gefäßersatz bei Ihnen sinnvoll“, erkläre ich und bemerke ihren entsetzten Blick. „Oder Sie versuchen es mit Training und noch mehr Medikamenten. Das dauert allerdings länger. Ohne Erfolgsgarantie.“

### Manchmal sind es Bauchentscheidungen

Meine 67-jährige Patientin muss nicht überlegen. „Krankenhäuser sind für mich der Horror, Herr Doktor.“ Das, was medizinisch ratsam ist, den operativen Gefäßersatz, lehnt meine Patientin also ab. Ich denke: Es ist ihr Leben. Sie wird einen Grund haben, warum das Innere einer Klinik für sie schwer zu ertragen ist. „Gut, dann versuchen wir es anders. Ich unterstütze Sie. Doch wenn wir keinen Erfolg haben, bleibt nur die OP – sonst gefährden wir Ihre Beine.“ Die Patientin ist erst kurz bei mir. Ich blicke in ihre Akte, um mir ein Gesamtbild zu machen. Seit Jahren hat sie Bluthochdruck, die Blutzuckerkrankheit Diabetes und zu hohe Cholesterinwerte. Zudem hat sie in früheren Jahren geraucht. Alles zusammen: brandgefährliche Gefäßkiller. „Wir müssen drei Dinge angehen...“, beginne ich. „Wir müssen verhindern, dass es an den Ablagerungen zu gefährlichen Blutgerinnseln kommt. Zudem müssen wir alle Gefäß-Risikofaktoren behandeln. Außerdem müssen Sie laufen. So viel wie möglich. Bewegen Sie sich. Fahren Sie Fahrrad. Gehen Sie schwimmen.“

### Ein neuer Weg

Meine Patientin legt ihre Stirn in Falten. „Das mit dem Training verstehe ich. Aber wie machen wir das mit den Blutgerinnseln und den Risikofaktoren für meine Adern?“ „In Barcelona, auf dem ESC-Herzkongress, haben wir eine Studie gesehen, dass die Substanz Rivaroxaban, zweimal täglich niedrig dosiert, zusammen mit 100 Milligramm Aspirin bei Gefäßverkalkungen besser vor Komplikationen schützt als Aspirin allein oder andere Substanzen. Noch fehlt in Deutschland die Zulassung, aber wir können mit Aspirin anfangen. Und wenn Sie mögen, frage ich bei Ihrer Krankenkasse nach, ob wir das andere Mittel ausnahmsweise einsetzen dürfen und die Kasse es bezahlt.“ Meine Patientin nickt. „Zudem müssen wir das LDL unter 70 senken, Ihren Blutdruck bei etwa 130/80 halten und Ihre Blutzuckerwerte etwas straffer einstellen. Da liegt ein wenig Arbeit vor uns.“ Meine Patientin lächelt mich an. Die Krankenkasse gibt einige Tage später tatsächlich ihre Zustimmung. Meine Patientin unterschreibt, dass sie den Einsatz möchte. Wir können beginnen. Sie trainiert fleißig. Jeden Tag. Tatsächlich werden die Beschwerden deutlich besser. Nach zwei Monaten kann sie sogar schon wieder längere Waldspaziergänge machen. Ohne Schmerzen.

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

# „Was hilft bei Beinkrämpfen, 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](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)



**Meditonsin®**

**Aktivieren auch Sie Ihre Selbstheilungskräfte.**

„  
Mein Tipp. Schon bei den **ersten Anzeichen** einer Erkältung: **Meditonsin®**. Die Erkältungs-Medizin.“

Über 90% der Verwender beurteilen die Wirksamkeit und Verträglichkeit mit „sehr gut“ und „gut“\*\*

**NEU-EINFÜHRUNG des Jahres!**

**Auch als Meditonsin® Globuli. Homöopathisch. Einzigartig. Gut.**

Für die ganze Familie\* geeignet.

1 2016, Platz 1 unter den OTC-Arzneimitteln, inspirato pharma marketing award 2017, Platz 2 Gesamt. \* Nach Rücksprache mit dem Arzt ab 7 Monaten, ab 1 Jahr in der Selbstmedikation. \*\* Kergl, A., 2011: Komplexhomöopathikum (Meditonsin® Tropfen) bewährt sich in Anwendungsbeobachtung. Pharm. Ztg., 156. Jahrgang, Nr. 14.

**Meditonsin® Tropfen/Meditonsin® Globuli.** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Akute Entzündungen des Hals-, Nasen- und Rachenraumes. Meditonsin® Tropfen enthält 6 Vol.-% Alkohol. Meditonsin® Globuli enthält Sucrose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand 04/2016 bzw. 11/2016. MEDICE Arzneimittel, 58638 Iserlohn.

MT011718 [www.meditonsin.de](http://www.meditonsin.de)