



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

Meine 49-jährige Patientin legt sofort los: „Ich halte die ständigen Kopfschmerzen nicht mehr aus, Herr Doktor.“ Seit Jahren leidet sie unter Migräne. Mit Beginn der Wechseljahre ist es noch schlimmer geworden. Ihre Beschwerden sind unerträglich. „Ich habe hämmernde Schmerzen, Flimmern vor den Augen, und mir ist total übel. Wenn ich Glück habe, ist es nach ein paar Stunden vorbei. Wenn ich Pech habe, dauert es Tage.“ Über die Entstehung der Migräne gibt es verschiedene Theorien. Man weiß längst noch nicht alles. Deshalb kann man bisher nur die Schmerzen behandeln. Auf dem Deutschen Schmerzkongress im Oktober in Mannheim hieß es: Nur jeder zweite Kopfschmerzgeplagte geht überhaupt zum Arzt. Meine Patientin gehört zum Glück dazu. „Wie oft kommen die Attacken?“, frage ich. „Zwei- bis dreimal pro

Woche“, sagt sie. Ich habe also zwei Aufgaben: die Anfälle zu lindern und ihre Häufigkeit zu reduzieren. Studien haben gezeigt, dass die Anfallsvorbeugung oft vernachlässigt wird.

Den Menschen als Ganzes sehen

Meine Patientin leidet außerdem seit Jahren unter Bluthochdruck. Er ist mit Medikamenten gut eingestellt. Hierin liegt jetzt ausnahmsweise eine Chance: „Ich verschreibe Ihnen ein Mittel, das ursprünglich gegen zu hohen Blutdruck entwickelt worden ist. Das Metoprolol. Es kann gleichzeitig die Häufigkeit von Migräneanfällen reduzieren. Dafür lassen wir Ihr Präparat zur Blutdrucksenkung erstmal weg.“ Meine Patientin neigt zudem dazu, sich schnell aufzuregen bzw. sich viele Dinge des Alltags (zu) sehr zu Herzen zu nehmen. Das Metoprolol kann sie auch davor ein wenig schützen. Ich bin gerne Generalist – schließlich greift bei uns Menschen alles ineinander. Deshalb sollten wir immer den ganzen Menschen behandeln. Bei meiner Patientin scheint nun alles gut zu passen. „Wir müssen das Metoprolol langsam einschleichen“, erkläre ich ihr. „Sie beginnen morgens und abends mit 50 Milligramm. In den

nächsten Tagen schauen wir, wie Sie es vertragen, und können die Dosis dann steigern.“

Leider greift die Therapie nicht...

Trotz Dosis-Steigerung bleiben die Anfälle unverändert häufig. „Aufgeben gilt nicht!“, sage ich mir. Also kehre ich zur alten Blutdruck-Medikation zurück und greife in die Naturheilkiste: Ich empfehle Gefäßspannungsmittel. Meine Patientin kommt damit gut zurecht – die Attacken werden seltener. Für die verbleibenden Anfälle möchte sie keine Hämmer, wie sie sagt. Sie meint damit die Klasse der Triptane, die Attacken gut durchbrechen können. Deshalb versuchen wir einen Trick: „Nehmen Sie, wenn sich ein Anfall ankündigt, ein Mittel gegen Übelkeit ein. Bei jeder Migräneattacke wird die Magenpassage stillgelegt. Wirkstoffe als Tabletten kommen schlechter im Blut an. Das Mittel gegen Übelkeit verhindert das. Schmerzmittel wie Ibuprofen können schneller wirken.“ Meine Patientin entscheidet sich für Ingwer. Seine Wirkstoffe mindern die Übelkeit. Mit 600 Milligramm Ibuprofen, die sie etwa 30 Minuten später einnimmt, kann sie ihre Anfälle durchbrechen.

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

Stark gegen Nagelpilz



Ciclopoli
Der einzige wasserlösliche Anti-Pilz-Lack

- + einfach und bequem anzuwenden
- + kein Feilen, kein Nagellackentferner
- + dringt rasch und tief 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: Januar 2017. Polichem SA; 50, Val Fleuri; LU-1526 Luxembourg. Mitvertrieb: Almirall Herma GmbH, Geschäftsbereich Taurus Pharma; Scholtzstraße 3; D-21465 Reinbek. info@almirall.de
Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.

„Welcher Geheimtipp hilft bei Migräne, Herr Doktor?“

Meditonsin®

Aktivieren auch Sie Ihre Selbstheilungskräfte.

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

NEU-EINFÜHRUNG des Jahres!

Für die ganze Familie* geeignet.

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

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

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