

„Woran erkenne ich, ob mein Herzmuskel entzündet ist, 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



Noch nie kamen so viele Patienten mit ausgerissenen Zeitungsartikeln in meine Praxis wie in den vergangenen Wochen – seit dem plötzlichen Tod des SAT.1-Moderators Martin Haas. Auch heute legt mir wieder eine langjährige Patientin eine Zeitschrift auf den Tisch. „Haben Sie das gelesen, Herr Doktor?“ Sie tippt auf den Artikel. „Dieser Moderator soll nach einer Erkältung an einer Herzschildigung gestorben sein. Mit 55!“ Meine Patientin hatte im Winter selbst einen schweren grippalen Infekt. Jetzt ist sie in Sorge.

Was verursacht die Herzschildigung?

„Was Sie ansprechen, ist eine Herzmuskelentzündung, ein verschleppter Infekt – hier durch ein Virus. So etwas kann auftreten“, sage ich zu ihr. „Zum Glück passiert das aber selten. Deshalb rate ich meinen Patienten, während eines Infekts keinen Sport zu treiben. Die Belastung schwächt das Immunsystem. Als Faustregel gilt: Pro Tag Fieber über 38 Grad jeweils eine Woche keine heftigen Belastungen. Heißt: Nach zwei Tagen Fieber zwei Wochen mit dem Sport aussetzen.“ Meine Patientin nickt eifrig. „Ich habe auch keinen Sport gemacht, Herr Doktor. Aber ich habe neuerdings so ein Herzstechen. Könnte das nicht so etwas sein?“ Ich schaue in die Akte meiner 58-jährigen Patientin. Kurz nach dem Infekt haben wir ohnehin ihre Laborwerte bestimmt und ein EKG angefertigt. „Eine Herzmuskelentzündung, eine Myokarditis, zeigt im EKG bestimmte Veränderungen. Dann ist die sogenannte ST-Strecke in einzelnen Ableitungen anders. Das kann auch kurzfristig auftreten und nach ein paar Wochen wieder verschwinden. Bei Ihnen war aber schon damals nichts zu sehen. Mit den Laborbefunden ist es ähnlich. Auch die waren damals alle im grünen Bereich. Spüren Sie denn heute etwas? Luftnot bei Anstrengung oder Schmerzen in der Brust?“

Wie kann ich eine solche Entzündung ausschließen?

Meine Patientin schüttelt den Kopf. „Nein, nur ab und zu dieses kurze Stechen hier unter der Brust. Aber jetzt, wo Sie es sagen: Das hatte ich vor meiner Erkältung ja auch schon.“ Meine Patientin wirkt nun deutlich entspannter. „Können Sie denn mit Ihrem Ultraschallgerät nicht mal mein Herz anschauen, Herr Doktor?“ Ich verstehe ihre Sorge. „Im Moment haben wir zum Glück keinerlei Hinweis auf eine Herzmuskelentzündung. Wenn es Ihnen wichtig ist, kann ich eine solche Untersuchung trotzdem durchführen – müsste sie Ihnen aber privat in Rechnung stellen. Das schreibt die Ärztekammer vor. Kostet rund 100 Euro.“ Meine Patientin nickt. „Dann möchte ich das gerne machen. Mich hat der Artikel tagelang nicht schlafen lassen.“ Ich führe die Untersuchung einige Tage später durch. Das Herz meiner Patientin pumpt bestens, ist normal groß, es findet sich keine fehlerhafte Herzklappe, und die Muskulatur bewegt sich überall gleichmäßig. Auch zeigt sich keinerlei Flüssigkeit im Herzbeutel. „Alles bestens. Ich sehe nichts, was auf eine Entzündung hindeuten könnte.“ Meine Patientin strahlt. Sie ist erleichtert. Und ihr Herzstechen? Ist verschwunden.

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

Geistig fit bleiben – Frühzeitig handeln lohnt sich!



Zuerst ist es vor allem lästig

Etwas zu vergessen oder sich schlechter konzentrieren zu können als früher – das gehört zum Leben dazu. Aber was, wenn das häufiger wird? Lässt sich dann etwas für die geistige Fitness tun?

Dranbleiben ist alles

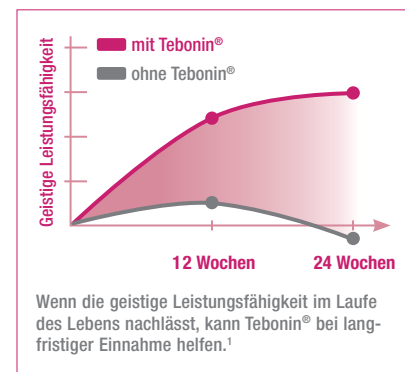
Der positive Effekt setzt nicht über Nacht ein: Es braucht 6–8 Wochen, bis der pflanzliche Spezialextrakt seine volle Wirkung entfalten kann. Innerhalb dieses Zeitraums bessern sich in der Regel Gedächtnisleistung und Konzentration.

Frühzeitiges Handeln hilft

Im Laufe des Lebens verringern sich Anzahl und Vernetzung der Gehirnzellen. Je besser die Versorgung mit Sauerstoff ist und je mehr Verbindungen zwischen den Nervenzellen im Gehirn erhalten werden, desto besser sind die Aussichten, geistig leistungsfähig zu bleiben. Dafür kann man frühzeitig etwas tun, wie auf gesunde Ernährung und ausreichend Bewegung zu achten, aber auch mentales Training und die Pflege sozialer Kontakte können zum Erhalt der geistigen Leistungsfähigkeit beitragen.

Für eine nachhaltige Verbesserung sollten Sie die Einnahme auch danach weiterführen. Es kann sich also lohnen, frühzeitig bei den ersten Anzeichen und über einen längeren Zeitraum etwas zu tun, um geistig fit zu bleiben.

Fragen Sie Ihren Arzt, er hilft Ihnen gerne weiter.



Auch der pflanzliche Ginkgo-Spezialextrakt (Tebonin®, Apotheke) kann Sie dabei auf natürliche Weise unterstützen.

Stärkt Gedächtnis und Konzentration

Tebonin® fördert die Durchblutung und verbessert so die Sauerstoffversorgung im Gehirn. Zudem unterstützt es die Verbindung der Gehirnzellen und die Signalverarbeitung. Das stärkt die geistige Leistungsfähigkeit.



¹Ih, R. et al., 2011, Int. J. Geriatr. Psychiatry.

Tebonin® konzent® 240 mg. Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Pflanzliches Arzneimittel zur Besserung von (altersassozierten) geistigen Leistungseinbußen und zur Verbesserung der Lebensqualität bei leichter Demenz. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe. T1/01/09/17/02/RA

Hämorrhoiden?

Hametum® – Die pflanzliche Therapie!*

- ▶ Hemmt Juckreiz
- ▶ Lindert Brennen
- ▶ Fördert das Abheilen kleinerer Wunden



Hametum® Hämorrhoidensalbe. Wirkstoff: Hamamelisblätter- und zweigedestillat. Anwendungsgebiete: Zur Besserung der Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidaliden. Hinweis: Blut im Stuhl bzw. Blutungen aus dem Darm-After-Bereich bedürfen grundsätzlich der Abklärung durch den Arzt. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe. H2/01/08/17/04

* Zur Besserung von Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidaliden.

