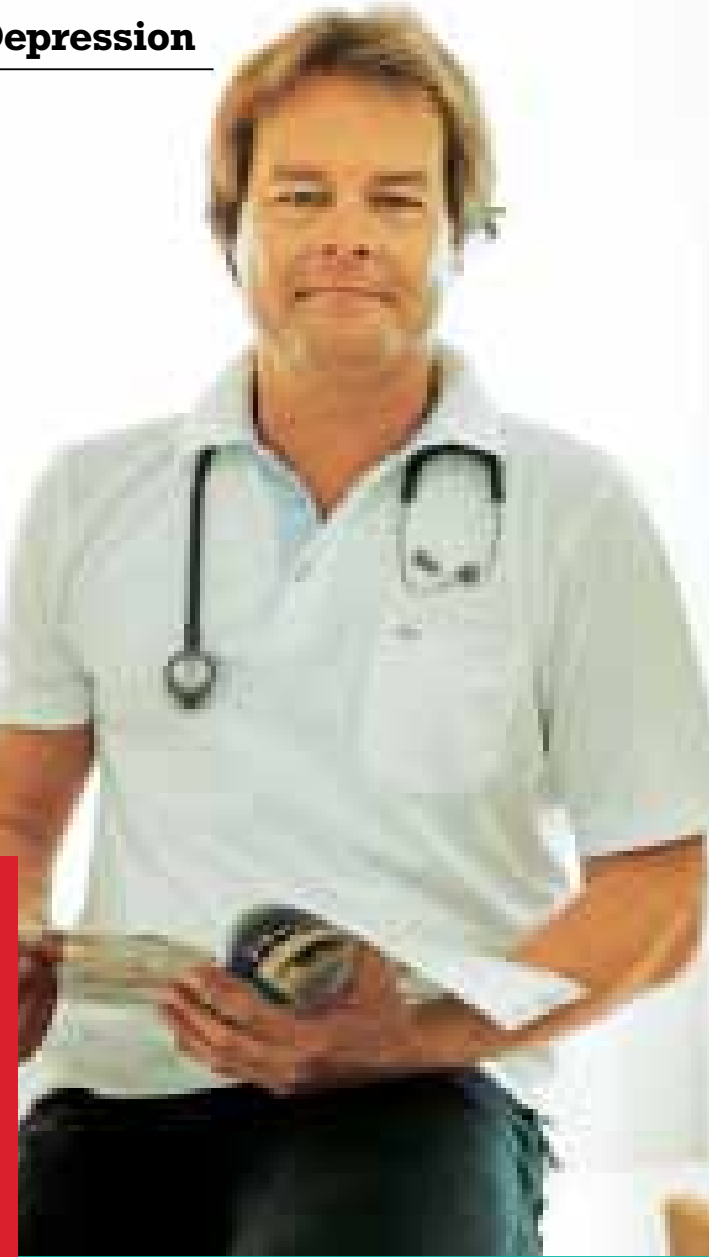


„Ist Lithium ein guter Seelentröster, Herr Doktor?“



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

Auch wenn Patienten bereits von Spezialisten betreut werden, kommen sie oft zu mir, wenn ihnen Themen besonders unangenehm sind – oder wenn sie nicht mehr weiterwissen. Auf meine 48-jährige Patientin trifft beides zu. „Herr Doktor, meine Depressionen sind kurz vor Weihnachten unerträglich geworden. Ich bin wirklich verzweifelt. Und Sie wissen ja: Mir hat bislang kein Medikament geholfen.“ Meine Patientin spricht leise. Sie schaut mir kaum in die Augen. Da ich ihre Krankengeschichte präsent habe, muss ich nicht erst in ihre Akte schauen. „Ja, ich weiß: Die psychiatrischen Kollegen hatten Ihnen schon mehrere Medikamente verschrieben – ohne Erfolg. Auch in der Klinik ist es nicht besser geworden.“ Meine Patientin nickt. „Klappt es denn mit der Psychotherapie?“, frage ich. „Ja, das läuft gut. Doch meine Psychotherapeutin hat gesagt, ich solle es noch mal mit einem Medikament versuchen. Mit Lithium. Aber mir fehlt die Kraft, jetzt auch noch zu einem Psychiater zu gehen.“

Ein Supermineral für die Seele?

Ich rufe mir die zurückliegenden Befund-Briefe meiner Psychiater-Kollegen auf. Es wurden schon mehrere Medikamentenkombinationen erfolglos versucht. Das gibt es. Leider. Ein Kollege hat den Wirkstoff Lithium als Option erwähnt... Die meisten Normalbürger kennen Lithium vor allem als Hoffnungsträger der digitalen Industrie. Dabei hat der Wirkstoff in der Medizin eine viel längere Tradition: Er kann die Stimmung verbessern – vor allem bei Menschen, die zwischen Depressionen und Überschwänglichkeit (Manie) hin und her schwanken (manisch-depressiv), und bei Betroffenen, denen bislang nichts geholfen hat... Es gibt sogar Studien, die zeigen, dass in Regionen, in denen das normale Trinkwasser viel Lithium enthält, die Selbstmordrate deutlich niedriger ist. Offenbar erhöht Lithium unter anderem die Serotoninausschüttung im Gehirn. Ein möglicher Grund, weshalb es in der Therapie so wirksam einsetzbar ist...

Wie erfolgreich ist das Verfahren?

Will man Lithium gezielt als Antidepressivum einsetzen, muss man die Dosierung sehr genau kontrollieren – durch die Bestimmung der Lithium-Menge im Blut. Wir sprechen von einer „engen therapeutischen Breite“. Sonst drohen ernste Nebenwirkungen durch Vergiftung. Bis das Lithium wirkt, dauert es meist einige Wochen – wie bei anderen Medikamenten auch. Ich bespreche alles mit meiner Patientin. Sie möchte es versuchen und verspricht, sich genau an das Dosierschema zu halten. Nach einer Woche kontrolliere ich den Lithium-Wert in ihrem Blut. Alles passt. Durch ein pflanzliches Schlafmittel findet sie wieder Ruhe. Ein erster Erfolg. Nach vier Monaten geht es ihr deutlich besser – zum ersten Mal seit langer Zeit. Auch der Lithium-Spiegel im Blut stimmt weiterhin. Nebenwirkungen hat sie keine. Ich freue mich mit ihr.

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



Das Magazin zum Gesund-Bleiben!

Lesen Sie in der neuen Ausgabe der Good Health, welche 11 Lebensmittel aus der Skin-Food-Forschung uns einen jugendlichen Teint zurückbringen. Außerdem: Wie unser Tag sein sollte, damit unsere Nacht wirklich erholsam wird. Und welche Gesunderwunder schon ab der ersten Minute eines Winter-spaziergangs in unserem Körper passieren.

Jetzt am Kiosk!

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

Umckaloabo®

Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®



*bei akuter Bronchitis

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

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidoides-Wurzeln-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/01/01/18/08

Weil wir gerne *aktiv* sind

Wenn Herz und Kreislauf Unterstützung brauchen

Sie stehen mitten im Leben, empfinden Ihren Alltag aber oft als anstrengend? Wenn Sie z. B. beim Treppensteigen oder bei ausgedehnteren Spaziergängen häufiger außer Atem geraten und schnell erschöpft sind, dann brauchen Ihr Herz und Ihr Kreislauf etwas Unterstützung! Die kommt aus der Natur – in Form eines speziellen Weißdornextraktes.

Wenn Sie auf natürliche Weise etwas dafür tun möchten, weiterhin aktiv zu bleiben, dann ist Weißdorn eine gute Möglichkeit für Sie.

Crataegutt® stärkt Herz und Kreislauf

In Crataegutt® steckt ein Weißdorn-Spezialextrakt, der auf pflanzliche und verträgliche Weise das Herz bei seiner Arbeit unterstützt und dem Kreislauf hilft, fit zu bleiben.

Crataegutt® stärkt die Pumpkraft des Herzens, das Blut kann bis in den letzten Winkel gepumpt werden. Es hält die Gefäße elastisch, das Blut kann leichter durch den Körper fließen – für eine bessere Sauerstoffversorgung im Körper.

- Crataegutt® hat eine besonders hohe Dosierung (2 x 450 mg), die z. B. von Weißdorn-Tees bei weitem nicht erreicht wird.
- Crataegutt® ist seit vielen Jahren das am häufigsten verwendete Weißdorn-Monopräparat.

Crataegutt® ist sehr gut verträglich und mit anderen Medikamenten kombinierbar. Bei regelmäßiger Einnahme fühlen Sie sich oft schon nach wenigen Wochen fitter und belastbarer.

Stärkt Herz und Kreislauf. Für ein aktives Leben.



Crataegutt®

- Stärkt die Pumpkraft des Herzens
- Hält die Gefäße elastisch
- Für mehr Leistung

PFLANZLICH. GUT VERTRÄGLICH. EXKLUSIV IN DER APOTHEKE.

Crataegutt® 450 mg Herz-Kreislauf-Tabletten. Wirkstoff: Weißdornblätter-mit-Blüten-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei Unterstützung der Herz-Kreislauf-Funktion, ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe C/01/07/18/02/A3