



NÄCHTLICHER HARNDRANG?*



Doppelte Pflanzenkraft

Reduziert häufigen Harndrang*

Beeinträchtigt nicht die Sexualfunktion

Rezeptfrei in der Apotheke.
www.prostagutt.de

* 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/01/09/18/03



Serie: Folge 199 **+** Beim Hausarzt // Rezepte

Dr. med. Dierk Heimann

ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich unter anderem auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.
www.ihr-hausarzt-in-mainz.de

„Bekomme ich meine Medikamente auch ohne Arztbesuch, Herr Doktor?“

Nicht nur meine Patienten sind in diesen Tagen beunruhigt. Auch ich bin es. Die aktuelle Situation ist beispiellos – zumindest für meine Generation. Ich habe als Arzt noch nie so viel improvisieren und querdenken müssen. Eigentlich hätte jetzt ein Patient mit Diabetes und Herzschwäche einen Termin gehabt. Doch der ehemalige Automechaniker hat ihn abgesagt. Aus Angst vor Ansteckung. Grundsätzlich eine richtige Entscheidung. Ich öffne seine Akte und sehe, dass er für die kommenden Wochen unmöglich genügend Medikamente zu Hause haben kann. Ich rufe ihn an. Er ist hörbar überrascht. „Herr Doktor, ich hatte doch abgesagt. Hat Sie das nicht erreicht?“

Patienten, die sich selbst behandeln
„Kommen Sie mit den Medikamenten aus?“, frage ich. Mein Patient schnauft. „Ich nehme weniger, damit es länger reicht.“ Das hatte ich befürchtet. „Ich kann Ihnen die Rezepte schicken, oder wir senden sie an Ihre Apotheke. Viele liefern jetzt.“ Es entsteht eine Pause. „Ist das für Sie in Ordnung, Herr Doktor? Sie brauchen doch das Kärtchen.“ Seine Besorgnis rührt mich. „Seit der Corona-Krise reicht erst mal ein telefonischer Kontakt – so wie bei uns. Wir kennen uns ja.“ Ich meine, die Erleichterung am anderen Ende der Leitung zu spüren. „Wenn Ihnen etwas fehlt, rufen Sie mich bitte an. Es ist wichtig, dass

Sie Ihre Medikamente einnehmen! Wie geht es Ihnen denn?“ Noch eine Pause. „Meine Beine sind dick geworden, und ich bekomme schlechter Luft beim Treppensteigen.“ Das klingt nicht gut. Seine Herzschwäche hat sich durch das Reduzieren der Medikamente wahrscheinlich schon verschlechtert. Normalerweise würde ich ihn einbestellen.

Wir müssen improvisieren

„Nehmen Sie bitte zwei von den Entwässerungstabletten, die Sie haben. Und stellen Sie sich jeden Tag nach dem Aufstehen auf die Waage. Wir telefonieren dann dazu. Ich schicke Ihnen Tabletten-Nachschub.“ Er antwortet leise. „Danke, dass Ihnen das aufgefallen ist.“ Ich klicke mich durch seine Laborwerte. Sein Kalium-Spiegel ist oft niedrig. Durch die Höherdosierung der Wasser-tabletten wird jedoch noch mehr Kalium ausgeschieden. Gefährliche Rhythmusstörungen drohen. „Ich verschreibe Ihnen auch Kaliumtabletten. Fürs Herz. Haben Sie getrocknete Aprikosen zu Hause?“ „Ja, warum?“ „In getrockneten Aprikosen steckt besonders viel Kalium. Essen Sie täglich eine Handvoll davon, bis die Kalium-Tabletten da sind. Für heute ist das Kalium wichtiger als der Blutzucker-Spiegel.“ Zwei Tage später ruft mein 72-jähriger Patient an. „Ich habe wieder zwei Kilo Gewicht verloren, und mit der Luft geht es auch besser.“ Es sind besondere Zeiten. Für uns alle.

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



Weil wir gerne
aktiv sind



Mit Weißdorn Herz und Kreislauf natürlich unterstützen

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 schneller erschöpft sind, dann könnten Ihr Herz und Ihr Kreislauf etwas Unterstützung gebrauchen! Die kommt aus der Natur – in Form eines speziellen Weißdorn-Extraktes.

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-Spezial-extrakt, der auf pflanzliche und verträgliche Weise das Herz bei seiner Arbeit unterstützt und dem Kreislauf hilft, fit zu bleiben.



- + Crataegutt® enthält Weißdorn-Spezial-extrakt
- + Mit besonders hohem OPC-Anteil

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

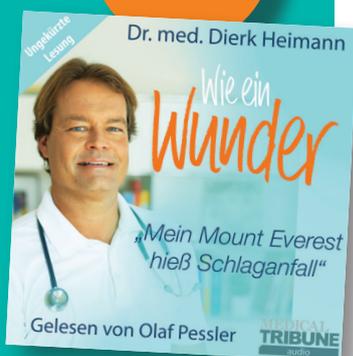
Stärkt Herz und Kreislauf. Für ein aktives Leben.



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

**PFLANZLICH. GUT VERTRÄGLICH.
EXKLUSIV IN DER APOTHEKE.**

Jetzt
erhältlich!



Eine Geschichte, die Mut macht!

Mit 46 Jahren erleidet Dr. Dierk Heimann einen schweren Schlaganfall. Gegen allen Prognosen überlebt er und erholt sich fast vollständig. Er gilt als medizinisches Wunder und statistische Ausnahme. Mit beeindruckender Ehrlichkeit erzählt Dr. Heimann von seiner Doppelrolle als Patient und Mediziner. Ein Lebensratgeber, der Mut macht!