

„Sind kribbelnde Füße gefährlich, Herr Doktor?“

Endlich kommen sie wieder in die Praxis: chronisch kranke Patienten, die aus Angst vor Corona dringend notwendige Arztbesuche aufgeschoben haben – so auch heute: „Herr Doktor, meine Beine fühlen sich komisch an“, sagt meine 58-jährige Patientin. „Es hat an den Füßen angefangen. Jetzt ist es auch an beiden Unterschenkeln. Ein Ziehen, Kribbeln, manchmal Schmerzen.“ Die Kriminalkommissarin leidet seit 15 Jahren unter Bluthochdruck und der Blutzuckerkrankheit Diabetes. Sie wiegt mindestens zehn Kilo zu viel.

Wurden die Medikamente eingenommen?

So lautet derzeit eine der wichtigsten Fragen bei chronischen Erkrankungen. „Sie sind mir schon im März ausgegangen“, antwortet meine Patientin zerknirscht. „Laufen Sie mal ein paar Schritte mit geschlossenen Augen“, bitte ich. Kaum sind Ihre Augen zu, läuft sie unsicher. „Ich halte Ihnen einen kühlen Metallwürfel und einmal einen eher warmen Plastikwürfel ans Bein. Aber nicht hinsehen! Sie sagen mir bitte, ob es sich warm oder kalt anfühlt.“ Sie spürt keinen Unterschied. „Ich versetze jetzt eine Stimmgabel in Schwingungen, setze sie auf den einen, dann den anderen Knöchel, und Sie sagen

mir, wie lange Sie etwas spüren.“ Meine Patientin nickt. „Jetzt vibriert es nicht mehr“, sagt sie schon nach wenigen Augenblicken.

Mein Verdacht: eine Polyneuropathie

„Nerven können verzuckern, wenn die Diabetes-Werte längere Zeit schlecht eingestellt sind“, erkläre ich. Aber auch ein Vitamin-B12-Mangel, Medikamentennebenwirkungen oder seltene Erkrankungen wie eine Amyloidose können die Nervenstörung auslösen. Ich nehme ihr Blut ab. Das Blutzuckergedächtnis – der HbA1c-Wert liegt bei 8,9 – ist deutlich zu hoch. Das war leider zu erwarten. Ein Vitamin-Mangel besteht nicht. „Jetzt müssen wir die Werte verbessern“, sage ich. „Und wegen der Gefühlsstörung verordne ich Ihnen 60 Milligramm des Wirkstoffs Duloxetine. Die Substanz wurde gegen Depressionen erfunden, hilft aber sehr gut bei diabetischen Nervenstörungen. Nach vier bis acht Wochen sollten Sie eine Besserung spüren.“ Schon nach zwei Wochen ruft meine Patientin an. „Es ist viel besser. Aber geht es auch wieder ganz weg?“ „Theoretisch ist das möglich“, sage ich. „Aber oft sind die Nerven schon geschädigt.“ „Nur weil ich die Medikamente nicht genommen habe“, sagt sie. Das ist vielen leider nicht bewusst.

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



Jetzt erhältlich!

Eine Geschichte, die Mut macht!

Mit 46 Jahren erleidet Dr. Dierk Heimann einen schweren Schlaganfall. Entgegen 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!

Weil wir gerne *aktiv* sind

Mit Weißdorn Herz und Kreislauf natürlich unterstützen

Regelmäßige Bewegung ist nicht nur eine schöne Abwechslung im Alltag, sondern tut auch Herz und Kreislauf gut. Aber manchmal gibt es einfach Phasen, in denen die Bewegung an der frischen Luft zu kurz kommt oder vielleicht nicht immer möglich ist. Wenn Sie zudem bei Tätigkeiten, wie z.B. Treppensteigen oder einem Spaziergang an der frischen Luft schneller außer Atem geraten, steht für Ihr Herz und Ihren Kreislauf eine gut verträgliche Unterstützung aus der Natur zur Verfügung – 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-Spezialextrakt, der auf pflanzliche und verträgliche Weise das Herz bei seiner Arbeit unterstützt und dem Kreislauf hilft, fit zu bleiben.

- 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.



- + Crataegutt® enthält Weißdorn-Spezialextrakt
- + 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.

Gerade jetzt besonders sinnvoll!



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

Stärkt Herz und Kreislauf. Für ein aktives Leben.

Crataegutt® 450 mg Herz-Kreislauf-Tabletten. Wirkstoff: Weißdornblätter-mit-Blüten-Trocknenextrakt. 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/01/04/20/07

Hämorrhoiden?

Hametum® – Die pflanzliche Therapie!*

▶ Hemmt Entzündungen ▶ Lindert so Juckreiz ▶ Heilt kleinere Wunden



und
Zäpfchen
für die Nacht

Hametum® Hämorrhoidensalbe. Wirkstoff: Hamamelisblätter- und -zweigestillat. Zur Besserung der Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidalleiden. Hametum® Hämorrhoidenzäpfchen Wirkstoff: Hamamelisblätter-Auszug. Bei Juckreiz, Nässen und Brennen in den Anfangsstadien von Hämorrhoidalleiden. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. H2/01/01/20/05

