



Meine 59-jährige Patientin hat bis gestern unter heftigen Schmerzattacken gelitten. „Herr Doktor, ich hätte mich wirklich impfen lassen sollen. Sie hatten mich sogar vergangenes Jahr darauf angesprochen...“ Die Supermarkt-Kassiererin kann nun schon seit drei Wochen nicht arbeiten. Eine Gürtelrose hat sie außer Gefecht gesetzt. „Die Schmerzen sind erst mit Ihren Medikamenten besser geworden. Alles andere hat nicht gewirkt.“ Etwa jeder 20. Betroffene kennt diese Komplikation: starke ziehende und brennende Schmerzen, die zur Überempfindlichkeit der Haut führen. Manchmal über Wochen oder Monate. Der Fachbegriff für diese Art von Nervenschmerzen ist Post-Zoster-Neuralgie. Das Risiko für diese chronischen Schmerzen steigt mit dem Lebensalter. Sie bleiben sogar dann noch, wenn auf der Haut schon längst nichts mehr zu sehen ist. Ich habe meiner Patientin deshalb ein starkes Opiat und ein spezielles Nervenschmerzmittel, das Pregabalin, verschrieben.

Wann ist eine Impfung sinnvoll?

„Kann ich andere Menschen mit Gürtelrose anstecken?“ Die Frage beunruhigt sie. „Wenn jemand mit dem Sekret Ihrer Pusteln in Berührung kommt und noch nie Kontakt mit dem Varicella-Zoster-Virus hatte, würde er Windpocken bekommen“, sage ich. „Eine Gürtelrose entsteht nicht durch eine Infektion mit neuen, sondern durch ein Wiedererwachen alter Viren.“ Windpocken-Viren

„Warum sollte ich mich jetzt gegen Gürtelrose impfen lassen, Herr Doktor?“

überleben in den Nerven des Körpers. Sie sind wie im Winterschlaf. Sobald das Immunsystem schwächelt, wachen die Viren auf und lösen die Pusteln, den Juckreiz und alle anderen Beschwerden der Gürtelrose aus. Immun wird man dagegen leider nicht. Das schafft nur die Impfung. „Würden Sie mir jetzt noch zu einer Impfung raten?“ Ich nicke. „Seit 2018 wird ein neuer Totimpfstoff empfohlen. Die Schutzwirkung liegt bei über 90 Prozent – das ist besser als alles, was wir bislang hatten. Der Impfstoff enthält das Antigen Glykoprotein E, das am häufigsten vorkommende Oberflächenprotein von Varicella-Zoster-Viren. Zudem einen Wirkverstärker. So wird das Virus für das Immunsystem sichtbar.“ „Und ab welchem Alter sollte man sich impfen lassen? Könnte diese Impfung nicht auch meine Enkelin vor Windpocken schützen?“

Das Risiko steigt ab 50

„Empfohlen ist die Gürtelrose-Impfung für Menschen über 60 Jahre. Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko, daran zu erkranken. Bei Patienten mit chronischen Erkrankungen oder einem geschwächten Immunsystem kann man auch schon ab 50 über die Impfung nachdenken. Ob die Impfung auch vor Windpocken schützt, ist bislang nicht untersucht worden – und wird wohl auch nicht untersucht werden, da es sehr wirksame Impfstoffe gegen Windpocken gibt. Der positive Nebeneffekt: Laut dem RKI erkranken geimpfte Kinder drei- bis zwölfmal seltener an einer Gürtelrose.“ Meine Patientin ist erleichtert. Gegen Windpocken ist ihre Enkelin längst geimpft. Meine Patientin verspricht, den Impfeempfehlungen künftig auch besser zu folgen – und vereinbart gleich einen Termin für die Grippe-Impfung...



Hämorrhoiden?

Hametum® – natürlich gut verträglich!*

► Hemmt Entzündungen ► Lindert so Juckreiz und Brennen



* Zur Besserung von Beschwerden in den Anfangsstadien von Hämorrhoidalleiden.

Hametum® Hämorrhoidensalbe. Wirkstoff: Hamamelisblätter- und -zweigedestillat. 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. Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG - Karlsruhe

H2/01/07/20/04



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

Weil wir gerne
aktiv sind

”



Weißdorn
Arzneipflanze des
Jahres 2019

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.

**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® 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.

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/01/04/20/07



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!