WENIGER
MÜSSEN
MÜSSEN®

Bei nächtlichem Harndrang

Doppelte Pflanzenkraft

Reduziert häufigen Harndrang*

Beeinträchtigt nicht die Sexualfunktion

*bei gutartiger Prostatavergrößerung

Prostagutt® duo 160 mg | 120 mg. 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/01/11/20/03/1

„Was ist die beste Zweitimpfung Herr Doktor?“

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

Die bevorstehende zweite Corona-Impfung bewegt derzeit viele meiner Patienten. Ich schreibe diese Kolumne am 26. Mai. Und zum ersten Mal seit sechs Jahren notiere ich an dieser Stelle das Datum. Warum? Weil sich unser Wissen täglich erweitert.

„Herr Doktor, soll ich nun wirklich Biontech nehmen?“, fragt die 51-jährige Erzieherin. Sie wurde das erste Mal mit AstraZeneca geimpft. „Ich kann ja wählen, was ich machen möchte, oder?“ Ich nicke. „Patienten unter 60 dürfen selbst entscheiden“, sage ich. „Und was können Sie mir raten?“ „Bislang fehlen uns noch genaue Daten, doch es zeigen sich Trends. Durch die intensiv geführte Diskussion um die seltenen Sinusvenen-Thrombosen – vor allem bei jüngeren Frauen – hat die Ständige Impfkommission, die STIKO, schon vor Wochen dazu geraten, bei jüngeren Menschen – also jedem unter 60 – die Zweitimpfung mit einem mRNA-Impfstoff durchzuführen. Nicht, weil AstraZeneca ein schlechtes Vakzin ist, sondern weil wir mit den Impfstoffen von BIONTECH und MODERNA zwei Alternativen haben, die diese Nebenwirkung seltener zeigen.“

Wie gut ist die Wirkung?

„Wirkt das denn genauso gut, wenn man unterschiedlich impft?“, hakt sie nach. „Ich selbst bin auch zuerst mit AstraZeneca und dann mit BIONTECH geimpft worden“, sage ich. „Und inzwischen mehren sich die Hinweise aus Beobachtungen, dass eine solch heterologe Impfung, wie wir das nennen, sogar noch besser schützen könnte.“ Die zweifache Mutter schaut mich irritiert an. „Wie kann das denn sein?“ Ich erkläre es ihr möglichst verständlich. „Das Immunsystem unseres Körpers kann auf mehrere Arten Viren und andere Erreger bekämpfen. Durch die Bildung von Antikörpern. Und über die sogenannten T-Zellen. Der Impfstoff von AstraZeneca und die mRNA-Vakzine regen unterschiedliche Ebenen des Immunsystems an. Das kann ein Vorteil sein.“

Noch mehr positive Ergebnisse …

„Und was ist mit den Nebenwirkungen bei der Impfung? Dringt dieses mRNA-Zeug nicht in meine Gene ein?“ Ich schüttle den Kopf. „Nebenwirkungen, die auftreten können, sind zum Beispiel, dass Sie sich etwas länger erschöpft, fiebrig oder grippig fühlen. Zudem müssen wir bei den mRNA-Impfstoffen auf schwere Allergien achten, die Sie vielleicht früher einmal hatten. Wir nennen das einen anaphylaktischen Schock. Aber die mRNA-Impfstoffe dringen nicht ins Erbgut ein.“ Meine Patientin ist beruhigt. „Dann möchte ich mich mit Biontech impfen lassen.“ Ich lasse eine Spritze holen und injiziere ihr das Vakzin in den Oberarm. Es verläuft alles gut. Nach drei Tagen sind alle leichten Nebenwirkungen abgeklungen.

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

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!

ANZEIGE

Öfter vergesslich?[1]

„Wir tun jetzt schon was fürs Gedächtnis."

Bei ersten Anzeichen aktiv werden

Wenn wir den Schlüssel verlegt oder wieder den Einkaufszettel vergessen haben, dann sind das Situationen, die sicher viele Menschen kennen. Aber keine Sorge – mal was zu vergessen ist ganz normal. Nur wenn das mit den Jahren häufiger vorkommt, sollten wir uns einen Ruck geben und schon frühzeitig etwas fürs Gedächtnis tun.

Unterstützung mit Tebonin®

Im Laufe des Lebens lässt unsere geistige Leistungsfähigkeit nach. Dagegen können wir etwas tun, z. B. uns ausreichend an der frischen Luft bewegen oder regelmäßig soziale Kontakte pflegen. Darüber hinaus kann der pflanzliche Ginkgo-Spezialextrakt EGb 761® in Tebonin® konzent® unser Gehirn gezielt unterstützen! Er verbessert die Durchblutung, fördert die Vernetzung von Nervenzellen und stärkt die geistige Leistungsfähigkeit.

Gerade in Phasen, in denen wir z. B. auf ausreichend Bewegung oder soziale Kontakte verzichten müssen, ist es im Alter umso wichtiger, sich geistig fit zu halten. Tebonin® konzent® kann Sie hierbei unterstützen.

Dranbleiben ist alles

Tebonin® konzent® entfaltet seine volle Wirkung innerhalb von 6–8 Wochen. In dieser Zeit verbessern sich in der Regel bereits Gedächtnisleistung & Konzentration. Für eine nachhaltige Verbesserung sollte die Einnahme auch danach fortgesetzt werden. Es kann sich also lohnen, bereits bei ersten Anzeichen, die über einen längeren Zeitraum anhalten, etwas zu tun, um geistig fit zu bleiben. **Bei Fragen helfen Ihr Arzt oder Apotheker gerne weiter.**

Höchste Qualität – erforscht, entwickelt & hergestellt in Deutschland

Tebonin® stärkt aber nicht nur Gedächtnis & Konzentration, sondern steht auch für Qualität aus einer Hand: Der gesamte Produktionsprozess wird vollständig kontrolliert. Angefangen vom Anbau des Ginkgos über seine Verarbeitung bis hin zum fertigen Produkt – alles aus einer Hand. Erforscht, entwickelt und hergestellt in Deutschland. So steht Tebonin® für gleichbleibend höchste Qualität.

Die Nr. 1* für Gedächtnis & Konzentration[1]

[1] Bei altersbedingten geistigen Leistungseinbußen.
* IQVIA PharmaScope, Ginkgo-Apothekenmarkt nach Umsatz und Absatz, MAT 12/2020.

Tebonin® konzent® 240 mg. Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter-Trockenextrakt. Zur Verbesserung einer altersbedingten Verschlechterung geistiger Fähigkeiten und 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
T1/01/03/21/12/RA

SCHWABE