



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

„Was verrät mein Blut über meine Herzgesundheit, Herr Doktor?“

Die Patientin nimmt schwer atmend Platz. Ich kenne die 72-Jährige noch nicht. „Herr Doktor, das mit der Luft wird immer schlimmer. Sobald ich mich ein wenig anstrengende. Sie hören es ja.“ Schon sind wir mitten im Thema. „Meine Kinder haben gesagt, ich soll zu Ihnen gehen.“ Ich stutze. Sie erklärt: „Mein bisheriger Hausarzt hat gesagt, er könne nichts machen. Das mit der Luft sei das Alter.“ Nun heißt es für mich zu ergründen, was es mit der Luftnot auf sich hat. Unterlagen hat die ehemalige Joggerin leider nicht mitgebracht. Dass der Körper nach Luft japst, wenn wir uns anstrengen, ist normal. Passt das bei leichten oder milden Belastungen, sprechen wir von einer Belastungs-Dyspnoe, die wir in vier Schweregrade einteilen. Mögliche Gründe: eine Lungen- oder Herzschwäche, aber auch zu wenig roter Blutfarbstoff Hämoglobin, der den Sauerstoff transportiert. Ich versuche das Problem durch gezielte Fragen einzugren-

zen. „Wie viele Stockwerke Treppensteigen schaffen Sie denn, bevor Sie stehenbleiben und durchatmen müssen?“ Mein Gegenüber winkt ab. „Nach einem Stockwerk ist schon Schluss. Im letzten Jahr ist es ganz schlimm geworden.“

Medizinische Detektivarbeit

Man würde diese Anstrengungs-Luftnot als mittelgradig bezeichnen, also NYHA III – das dritte Stadium. Ebenso wichtig ist dieser zweite Hinweis: Es ist eine akute Entwicklung. Damit scheidet das Alter als alleiniger Auslöser aus – dann würde es sich schleichend verändern. „Dass es im vergangenen Jahr so viel schlimmer geworden ist, hat bestimmt eine andere Ursache“, sage ich. Ich nehme meiner Patientin Blut ab, um einen ersten Überblick zu bekommen. Am übernächsten Tag ist sie wieder bei mir. Ich blicke auf ihre Werte. „Es ist so, wie ich vermutet habe. Es ist nicht das Alter. Ihr Herz pumpt zu schwach!“ Sie sieht mich an. „Das können Sie aus dem Blut sehen?“, fragt sie ungläubig.

Mehr Therapie!

„Der einzig auffällige Wert ist das NT-ProBNP. Dieses Hormon wird von den Herzmuskelzellen gebildet. In Ihrem Alter sollte der Wert höchstens bei 700 liegen – Ihrer zeigt mehr als das Doppelte! Das zeigt, dass die Luftnot wohl vom Herzen kommt. Dagegen können wir etwas tun.“ Sie atmet erleichtert aus. „Anfang Juli gab es Ergebnisse aus Schweden, die zeigen, dass ältere Menschen viel zu selten Medikamente gegen Herzschwäche bekommen. Weil die Beschwerden häufig auf das Alter geschoben werden. Das hat mich betroffen gemacht, und ich habe mir geschworen, im Alltag noch besser darauf zu achten.“ Ich überweise die ehemalige Angestellte zu einem Kardiologen. Er bestätigt meinen Verdacht: Ihr Herz pumpt zu schwach. Deshalb verordnet er drei Medikamente. Schon nach zwei Wochen geht es meiner Patientin deutlich besser. Sie schafft problemlos zwei Stockwerke. „Danke, Herr Doktor. Ich fühle mich wieder viel jünger.“ Ich lächle in mich hinein. Es ist eben nicht immer das Alter.

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

Öfter vergesslich?¹

„Wir tun jetzt schon was fürs Gedächtnis.“



Höchste Qualität

Erforscht, entwickelt & hergestellt in Deutschland



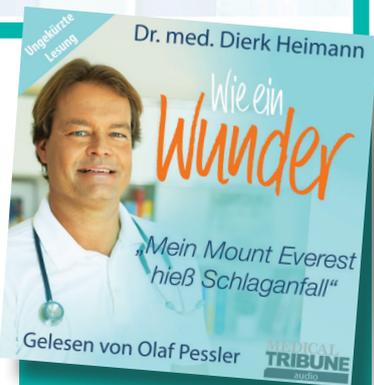
Die Nr. 1* für Gedächtnis und Konzentration¹

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

T1/01/03/21/08





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!

Häufiger außer Atem?

Mit Weißdorn Herz & Kreislauf natürlich unterstützen!

Wenn Sie bei alltäglichen Dingen, wie z. B. Treppensteigen, häufiger außer Atem geraten, kann das daran liegen, dass die Leistung von Herz und Kreislauf nachlässt. Denn mit zunehmendem Alter verliert das Herz oft an Pumpkraft und die Elastizität der Gefäße nimmt ab. Doch keine Sorge, das müssen Sie nicht einfach hinnehmen.

So bleiben Sie auch weiterhin aktiv

Mit Crataegutt® und dem darin enthaltenen Weißdorn-Spezialextrakt steht Ihnen eine gut verträgliche Unterstützung aus der Natur zur Verfügung, mit der Sie bereits frühzeitig etwas tun können, um auch in Zukunft aktiv zu bleiben.

Crataegutt® ist besonders hoch dosiert – bei regelmäßiger Einnahme von 2 Tabletten am Tag fühlen Sie sich oft schon nach wenigen Wochen fitter und belastbarer.



Crataegutt® für ein aktives Leben!

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

Pflanzlich und gut verträglich

