

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



„Wie verhindere ich einen Schlaganfall, Herr Doktor?“

Mein 43-jähriger Patient hat mich um einen CheckUp gebeten – nun habe ich die Ergebnisse. „Leider habe ich mehrere Faktoren entdeckt, die Ihr Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall in den nächsten zehn Jahren erhöhen: Ihre Cholesterinwerte sind erhöht, Ihr Körper geht auf eine Diabetes-Erkrankung zu und in Ihren Halsschlagadern zeigen sich erste Ablagerungen.“ „Ich möchte aber nichts Chemisches!“, platzt es aus dem Koch heraus. Ich kann ihn verstehen.

Mit der Natur den Körper schützen

„Zuerst einmal: Es hilft jedes Kilo, das Sie verlieren. Hier kann Java-Tee in Kapselform helfen“, sage ich. „Er normalisiert den Blutzuckerspiegel und senkt Ihre Diabetes-Neigung.“ Da es kein Medikament ist, notiere ich den Tee auf einem Privatrezept. „Kommen wir zum LDL-Cholesterin. Die Ablagerungen in den Halsschlagadern zeigen, dass Ihre Blutgefäße leicht erkrankt sind. Ein Warnsignal. Das LDL sollte unter 100, besser unter 70 liegen.“ Er sieht mich an. „Mein Wert ist doppelt so hoch.“ „Leider können Sie das Cholesterin mit weniger tierischen Fetten und mehr Bewegung nur wenig senken. Besser sind zusätzlich wasserlösliche Ballaststoffe wie das Apfelpektin. Damit wird Cholesterin über den Darm ausgeschieden. Das wird aber auch nicht reichen. Ich empfehle außerdem rot-fermentierten Reis. Der enthält Monokolin K, das ist fast identisch mit einem cholesterinsenkenenden Statin. Damit sollten wir umgehen wie mit einem Medikament: vorsichtig. Und regelmäßig die LDL-, Muskel- und Leberwerte kontrollieren.“ Auch das notiere ich ihm. Bleibt das Risiko für ein Blutgerinnsel in den Halsschlagadern. „Es gab eine Studie zu einem Tomatenextrakt, der die Blutgerinnung hemmt – das schützt nicht so gut wie Aspirin in Kombination mit dem Blutverdünner Rivaroxaban – doch es ist ein erster Schritt.“ Wieder ein Ausdruck. „Danke, Herr Doktor, dass Sie auf meine Wünsche eingehen.“ Auch wenn Medikamente mehr und gezielter wirken würden, ist zumindest der richtige Weg eingeschlagen.

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

„Schwindel? Bremst mich nicht mehr aus!“



Vertigoheel® – natürliche Hilfe bei Schwindel

- reduziert Anzahl, Dauer und Intensität der Schwindelattacken**
- für mehr Sicherheit und Lebensqualität
- besonders gut verträglich



Hinweis: Schwindelsymptome sollten Sie mit Ihrem Arzt besprechen!

*INSIGHT Health, verkaufte Packungen 2020
**Schneider B et al. (2005) Arzneimittel-Forsch/Drug Res 55(1): 23–29

Vertigoheel® Tabletten, Zul.-Nr.: 13442.00.00 Anw.geb.: Sie leiten sich von den homöopath. Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Versch. Schwindelzustände. Warnhinweise: Enth. Lactose! Packungsbeilage beachten! 1 Tabl. = 0,025 BE. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.