



„Woher kommt die Taubheit in den Fingern, Herr Doktor?“



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!



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



STARK GEGEN DEN ATEMWEGS INFEKT*

Das pflanzliche Anti-Infektivum* mit der Kraft der südafrikanischen Kapland-Pelargonie

- Bekämpft Infekt-Erreger
- Löst zähen Schleim
- Verkürzt die Krankheitsdauer

Umckaloabo®

Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®



*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo® ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo® Wirkstoff: Pelargonium-sidoides-Wurzeln-Auszug. Anwendungsgebiete: Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 12 Vol.-% Alkohol. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** ISO-Arzneimittel – Ettlingen

U/01/10/19/08

Anstelle einer Begrüßung legt meine 41-jährige Patientin gleich los: „Herr Doktor, ich habe ganz oft kein Gefühl in meinen Händen. Ich weiß gar nicht, was ich noch machen soll. Dabei ernähre ich mich gesund und treibe jede Woche dreimal Sport.“ Trotzigt schaut die Sachbearbeiterin mich an. Ich formuliere meine Antwort vorsichtig: „Leider funktioniert unser Körper nicht wie ein Kaugummiautomat. Nur weil wir oben eine ausgewogene Ernährung und viel Sport reinstecken, kommt unten nicht immer Gesundheit raus. Sie sollten deshalb aber bitte nicht frustriert sein.“ Da ich keine Idee habe, was es sein könnte, frage ich: „Was genau meinen Sie denn mit gesunder Ernährung?“ „Ich bin Vegetarierin auf dem Weg zur Veganerin“, sagt sie. Sofort werde ich hellhörig. In vegetarischer und insbesondere veganer Kost findet sich kaum Vitamin B12.

Wozu brauchen wir Vitamin B12?

Das Vitamin B12 ist ein sogenanntes Coenzym. Das heißt: Es ist Teil eines Enzyms, das Reaktionen im menschlichen Körper steuert. So ist das Vitamin B12 unter anderem für die Zellteilung, Blutbildung und Nervenfunktion wichtig. Wer sich ausgewogen ernährt, ist normalerweise ausreichend mit Vitamin B12 versorgt. Ausgenommen sind Menschen mit Darmkrankheiten wie Morbus Crohn oder anhaltender Gastritis. Bei ihnen könnte der Darm zu wenig dieses Vitamins aufnehmen. Auch wer regelmäßig

Medikamente gegen zu viel Magensäure oder zum Magenschutz einnimmt, dem kann eine Unterversorgung drohen. Und Veganer sollten sogar unbedingt ein Vitamin B12-Präparat einnehmen. Ist das also der Grund für die Gefühlsstörungen in den Händen meiner Patientin? „Nehmen Sie denn Vitamin B12 zu sich?“, frage ich. Sie nickt. „Klar! Auch Eisen. Ich habe mich genau informiert, was ich brauche, wenn ich auf tierische Produkte verzichte.“

Die Suche nach der Ursache

„Wann treten Ihre Beschwerden denn auf?“, möchte ich nun von ihr wissen. „Zuerst war es nur morgens, jetzt aber kommt es auch tagsüber.“ Ich nicke. Damit erhärtet sich mein zweiter Verdacht. „Ist es die ganze Hand, die einschläft?“, frage ich. Sie schüttelt den Kopf. „Nein, es sind vor allem Daumen, Zeige- und Mittelfinger.“ Bingo! Das sind typische Beschwerden im Versorgungsgebiet des Nervus medianus. „Darf ich mir Ihre Hände kurz ansehen?“ Sie streckt mir sofort beide Handflächen entgegen. Schon beim ersten Betasten bemerke ich, dass ihre Daumenballen sehr dünn sind. „Wie ist denn das morgens? Können Sie eine Faust machen?“ Sie verneint. „Manchmal kann ich kurz nach dem Aufstehen nicht einmal eine Sprudelflasche aufdrehen. Meinen Fingern fehlt irgendwie die Kraft.“ Jetzt bin ich mir fast sicher. „Ich glaube, an beiden Armen ist Ihr Nervus medianus in Mitleidenschaft gezogen. Daher die Beschwerden.“ Sie sieht ihre Hände ungläubig an.

Der Nervus Medianus

Ich nehme mir ein Blatt Papier. „Der Nervus medianus ist der Nerv, der Teile des Unterarms und der Hand versorgt – dort vor allem den Daumen, den Zeige- und den Mittelfinger“, erkläre ich. „Er verläuft durch einen Tunnel, den sogenannten Karpaltunnel, der vom Handwurzelknochen und einem Band begrenzt wird. Wird's in diesem Tunnel zu eng, treten die Beschwerden auf. Sind Sie schwanger?“ Meine Patientin schaut mich überrascht an. „Ja, im vierten Monat. Woher wissen Sie das, Herr Doktor?“ Ich muss schmunzeln. „Neben bestimmten Erkrankungen wie Rheuma oder Diabetes lässt auch eine Schwangerschaft die Bänder anschwellen, weil Flüssigkeit eingelagert wird.“ Sie reibt ihre Hände. „Und was soll ich jetzt tun?“ „Wir schicken Sie erstmal nicht zum Orthopäden. Die durchtrennen nach meinem Empfinden oft zu schnell das Band über dem Nervus medianus. Ich überweise Sie lieber zum Neurologen. Der misst Ihre Nervenleitgeschwindigkeit. Vielleicht reichen erst einmal allgemeine Maßnahmen wie eine nächtliche Schiene.“ Ich bitte eine meiner Mitarbeiterinnen, einen Termin zu vereinbaren. „Und wie heißt diese Gefühlsstörung in den Händen?“ Stimmt. Das habe ich noch gar nicht gesagt. „Wir nennen das ein Karpaltunnelsyndrom.“ Die Neurologin misst nur leichte Einschränkungen. Deshalb versuchen wir es zunächst mit einer nächtlichen Schiene an den Unterarmen. Die Beschwerden gehen merklich zurück.

TEXT: DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO: CHRISTOP MATTE FÜR TV HÖREN UND SEHEN

Hämorrhoiden?

Hametum® – natürlich gut verträglich!*

- ▶ Hemmt Entzündungen
- ▶ Lindert so Juckreiz und Brennen
- ▶ Wirksam und gut verträglich



und
Zäpfchen
für die Nacht

* 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

H2/01/07/20/03

