



# „Wie geht es der Seele mit **CORONA**, Herr Doktor?“

**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](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)

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

**S**eit mehr als fünf Jahren lesen Sie hier wöchentlich eine Krankengeschichte aus meiner Praxis, die mich besonders bewegt hat. Heute möchte ich ein Gespräch mit Ihnen teilen. „Herr Doktor, wie geht es Ihnen?“, fragt mich eine junge Patientin, die ich gerade zum dritten Mal gegen das Corona-Virus geimpft habe. Ich kenne sie seit ihrer Kindheit. Sie arbeitet als Krankenschwester. „Das war für Sie sicher auch ein belastendes Jahr?“ Ich stutze. „Danke, dass Sie fragen“, sage ich. „Für dieses Jahr gab es kein Vorbild, an dem man sich hätte orientieren können. Das war oft schwierig.“ Die junge Frau hakt nach: „Und was hat Sie am meisten mitgenommen?“ Ich überlege kurz. „Die Unsicherheiten: Gibt es genügend Impfstoff? Kommt ein weiterer Lockdown? Eine weitere Variante neben OMIKRON? Mir gehen auch die Ängste der Patienten zu Herzen – um sich, ihre Familien, Eltern und ihre Zukunft. Viele können nicht mehr.“

## Wie schützt man sich?

Sie hakt weiter nach. „Und Sie? Sie sind nach Ihrem Schlaganfall Risikopatient und haben die ganze Zeit als Arzt gearbeitet – auch, als Sie sich noch nicht impfen lassen konnten.“ Ich nicke. „Genau vor einem Jahr war das wirklich schlimm. Nicht nur in der Praxis.“ Sie hört aufmerksam zu. „Auch zu Hause?“ Ich beschließe, ehrlich zu antworten. „In der Praxis hat jeder – damals wie heute – Masken getragen und wir haben alles umgesetzt, was es an Hygiene-Regeln gibt. So habe ich zum Beispiel auch damals schon jeden meiner Patienten gurgeln lassen, um eventuell vorhandene Viren im Nasen-Rachen-Raum für ein paar Stunden zu beseitigen. Zudem haben wir Virenfilter angeschafft.“ Sie nickt. „Zu Hause können wir nicht alle ständig Masken tragen und gurgeln. Und meine Kinder waren in der Schule oder mit Freunden unterwegs. Impfungen gab es vor einem Jahr noch nicht. Diese Situation empfand ich – wie aber wahrscheinlich jeder – als echt belastend.“

## Was der Seele hilft

Die junge Mutter von zwei Kindergarten-Kindern nickt. „Das kenne ich. Einige Kollegen haben sich auch angesteckt. Wie war es bei Ihnen? Hat sich jemand aus Ihrer Familie angesteckt?“ Ich schüttele den Kopf. „Zum Glück nicht!“ Sie scheint mir anzusehen, dass mich noch etwas bedrückt. „Wie viele meiner Kolleginnen und Kollegen bekomme ich fast jede Woche Hass-Briefe von anonymen Impfgegnern und Querdenkern“, sage ich. „Das enttäuscht mich sehr, da es mir – wie wohl den meisten aus unserem Bereich – doch vor allem darum geht, dass es allen gut geht. Ich hoffe, dass 2022 anders wird.“ Meine Patientin lächelt. „Danke, dass Sie so ehrlich waren. Manchmal glaubt man ja, man sei mit seinen Sorgen allein.“ Anders als bei den meisten Konsultationen bedanke diesmal ich mich bei meiner Patientin. In einer schwierigen Situation wie dem Corona-Winter 2021/2022 zählt das menschliche Miteinander manchmal mehr als die medizinischen Fakten.

## PACKT DEN ATEMWEGS- INFEKT\* MIT DER WURZEL

- Bekämpft die Infekt-Erreger
- Lindert die Symptome
- Beschleunigt die Heilung

Wirkt gezielt gegen die Ursache des Atemwegsinfekts\* mit der Wurzel der südafrikanischen Kapland-Pelargonie.

**Umckaloabo®**  
Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut®

\*bei akuter Bronchitis

# 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.**

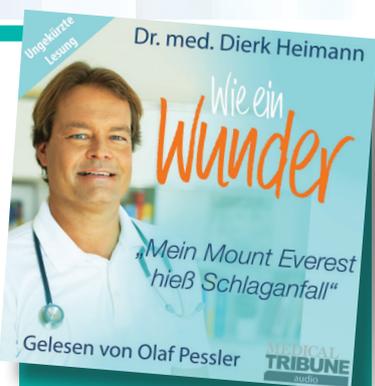
**Crataegutt® für  
ein aktives Leben!**

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

**Pflanzlich und gut verträglich**



Crataegutt® 450 mg Herz-Kreislauf-Tabletten. Wirkstoff: Weißdornblätter-mit-Blüten-Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur 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/01/04/21/06



### 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!