



**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)

„Wer sollte sich doppelt **boostern** lassen, 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!

**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

# A

nfang Februar kam sie: die Einschätzung der Ständigen Impfkommission (STIKO) zur zweiten Booster-Impfung gegen Corona. „Herr Doktor, ich hab's im Radio gehört.“ Mein 52-jähriger Patient klingt aufgeregt. „Ich möchte die zweite Booster-Impfung auch bekommen.“ Zwar weiß ich noch nicht genau, ob eine solche Impfung für meinen Patienten überhaupt zu empfehlen wäre, doch es freut mich, dass wieder verstärkt nach Impfungen gefragt wird. „Sie haben recht: Für Menschen mit einem erhöhten gesundheitlichen Risiko ist die Impfung ein Gewinn. Das wissen wir aus israelischen Daten. Da hat man mehr als 250 Mitarbeiter aus Krankenhäusern ein viertes Mal geimpft. Mit BioNTech und mit MODERNA. Dann wurde geschaut, ob die Ansteckungs- und Erkrankungszahlen zurückgehen.“

### Für wen ist der zweite Booster sinnvoll?

Mein Patient schaut mich interessiert an. „Warum betonen Sie das so mit der Ansteckung und der Erkrankung?“, will er wissen. „Weil eine Infektion ohne Beschwerden etwas anderes ist als eine schwere Erkrankung“, sage ich. „Die schweren Erkrankungen sind deutlich zurückgegangen – auch bei einer Infektion mit der Omikron-Variante. Die Ansteckungsrate mit Omikron hat allerdings nur wenig abgenommen.“ Er schaut mich fragend an. „Im Grunde könnte man es so zusammenfassen“, sage ich. „Wer sich ein zweites Mal boostern lässt, wird noch seltener schwer krank. Mit Omikron anstecken kann man sich dennoch. Dafür seltener mit Delta.“ Er lächelt. „Und sollte sich dann nicht jeder impfen lassen?“ Ich schüttele den Kopf. „Nein. Es geht bei uns in Deutschland vor allem um Menschen über 70, Bewohner von Pflegeeinrichtungen und Personen mit schweren chronischen Erkrankungen oder einer Immunschwäche. Die sollte man frühestens drei Monate nach der ersten Boosterung erneut impfen. Auch Beschäftigten im Gesundheitswesen oder Pflegenden wird zur zweiten Boosterung geraten. Allerdings erst nach sechs Monaten.“

### Wann kommen der fünfte und sechste Booster?

„Zählen mein Bluthochdruck und meine chronische Bronchitis zu den schweren chronischen Erkrankungen?“, fragt mein Patient. Ich nicke. „Sowohl vom Bluthochdruck als auch von der chronischen Bronchitis wissen wir, dass sie das Risiko für einen schweren Verlauf erhöhen. Dazu kommt noch Ihr Übergewicht.“ Er fasst sich betroffen an den Bauch. „Müssen wir uns dann zukünftig alle drei Monate einen Piks abholen? Dann wird Ihre Praxis endgültig zum Impfzentrum ...“ Er schmunzelt. „Eher das Gegenteil“, erkläre ich. „Es gibt bereits prominente Stimmen, die vor einem zu häufigen Boostern warnen. Das Immunsystem könnte sich im schlimmsten Fall daran gewöhnen und eindringende Viren nicht mehr ernst nehmen. Ich gehe davon aus, dass es in Zukunft regelmäßig Anpassungen an neue Virusvarianten geben wird. Wie zum Beispiel jedes Jahr bei der echten Grippe.“ Mein Patient möchte sich boostern lassen. Der Blick in seine Akte zeigt, dass es noch einige Wochen dauert, bis seine drei Monate Impfabstand voll sind. Aber exakt für den Tag nach dem Ablauf der Frist lässt er sich einen Impftermin geben.

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

# BEWEGUNG IST LEBENSQUALITÄT



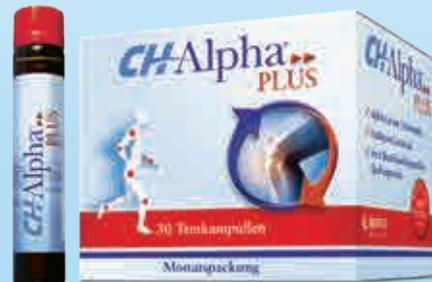
Lassen Sie sich durch Ihre Gelenke nicht ausbremsen!

## CH Alpha<sup>®</sup> PLUS

Das Trink-Kollagen mit Hagebutte – plus Vitamin C für:

- ▶ eine gesunde Kollagenbildung
- ▶ eine normale Funktion von Knorpeln und Muskeln

Nur eine  
Trinkampulle  
täglich



Die optimale Ergänzung  
von außen:

CH-Alpha<sup>®</sup> Gelenk-Gel



Erhältlich in Ihrer Apotheke. Erfahren Sie mehr unter [www.ch-alpha.de](http://www.ch-alpha.de)