

WENIGER
MÜSSEN
MÜSSEN®



Bei nächtlichem Harndrang

Doppelte
Pflanzenkraft

Reduziert
häufigen Harndrang*

Beeinträchtigt nicht
die Sexualfunktion

*bei gutartiger Prostatavergrößerung

Prostagutt® duo 160 mg | 120 mg. Anwendungsgebiete: Beschwerden beim Wasserlassen bei gutartiger Prostatavergrößerung. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG – Karlsruhe P/01/11/20/03/1



Serie: Folge 296



Beim Hausarzt // Herz



„Kann ich mit **Aspirin** einen Herzinfarkt verhindern, Herr Doktor?“

Meine 67-jährige Patientin ist gerade aus den USA zurückgekehrt. Sie stellt eine große Dose mit Acetylsalicylsäure-Tabletten auf den Tisch. „Das ist wie Aspirin. Das nehmen da ganz viele“, sagt sie. „Vorbeugend gegen Krebs und Herzinfarkt. Ist viel günstiger als bei uns.“ Ich schaue mir die Beschriftung an: 75 Milligramm Acetylsalicylsäure stecken in jeder Tablette. Eine typisch amerikanische Dosierung. Bei uns sind es meist 100 Milligramm. „Und wieso möchten Sie das einnehmen?“, frage ich. Meine Patientin lächelt. „Sie wissen doch, dass meine Mutter einen Herzinfarkt hatte. Da war sie etwa so alt wie ich heute. Das will ich nicht.“ Ich erinnere mich. Sie hatte davon erzählt. „Aber bei Ihnen haben sich noch nie Ablagerungen in den Blutgefäßen gefunden. Auch nicht im Herzen. Oder weiß ich etwas nicht?“ Sie schüttelt den Kopf. „Nein, Herr Doktor. Alles gut. Nur Bluthochdruck. Aber: Besser vorbeugen als später im Krankenhaus liegen. Oder nicht?“

Die Nachteile dieser Vorbeugung

„Was Sie meinen, nennen wir Primär-Prävention“, erkläre ich. „Den Schutz vor Erkrankungen wie Krebs oder Herzinfarkt, bevor der Körper erste Krankheitsbeschwerden, Frühwarnzeichen oder ein erhöhtes Risiko aufweist. Wie bei Ihnen. Das ist grundsätzlich gut. Aber mit der Acetylsalicylsäure jeden Tag ist das so eine Sache.“ Meine Patientin unterbricht mich. „Bei Kopfschmerzen nehme ich das seit 40

Jahren. Sogar viel mehr davon.“ Da hat sie recht. Ein häufiger Vergleich. Doch er hinkt. „Das ASS, wie der Wirkstoff in Kurzform genannt wird, hindert bei täglicher Einnahme Ihre Blutplättchen daran, sich zu verklumpen. Ein Gerinnungshemmer. 75 bis 100 Milligramm reichen dafür aus. Viele nennen das ASS daher auch einen Blutverdünner. Doch das hat eine unschöne Kehrseite. Weil das Blut schlechter gerinnt, können selbst kleine Wunden länger bluten. Sei es beim Zahnarzt, einem Unfall oder irgendwo in Ihrem Körper.“

ASS als Lebensretter

„Es gibt seit etwa drei Jahren Studien, die zeigen, dass eine dauernde ASS-Einnahme bei Gesunden wie Ihnen nur wenig Schutzwirkung entfalten würde, es aber zu mehr Blutungen kommen könnte. Als gefährliche Nebenwirkung. Auch in den inneren Organen – selbst im Gehirn. Deshalb würde ich Ihnen von den amerikanischen Pillen abraten. Die Acetylsalicylsäure schützt Sie erst dann, wenn sich bereits erste, größere Kalk-Ablagerungen in den Blutgefäßen Ihres Körpers finden, zum Beispiel in den Herz-Kranz-Gefäßen.“ Sie holt noch einmal tief Luft. „Aber meine Freundin nimmt das schon seit zehn Jahren ein.“ „Dann sollte Sie bitte eine Kollegin oder einen Kollegen fragen, bevor sie das ASS eigenmächtig absetzt – man muss immer ganz genau hinschauen, was die Acetylsalicylsäure erreichen soll und kann. Richtig eingesetzt, ist sie ein Lebensretter.“ Meine Patientin steht auf. „Dann lasse ich die Dose jetzt bei Ihnen, Herr Doktor.“

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

STAU IN DEN ADERN?

Telcor® Arginin plus für Ihre Blutgefäße

Wenn der Verkehr ins Stocken gerät, sorgt das oft für Stress. In den Gefäßen ist das nicht anders: Ist die Durchblutung gestört und die freie Fahrt des Blutes in den Adern, aufgrund eines krankheitsbedingt erhöhten Nährstoffbedarfs, eingeschränkt, können die Organe nicht mehr ausreichend mit wichtigen Nährstoffen versorgt werden.

Die Aminosäure Arginin unterstützt in Kombination mit B-Vitaminen, wie in **Telcor® Arginin plus**, die Elastizität der Blutgefäße und damit eine gesunde Durchblutung.

Als Filmtabletten und Granulat erhältlich.

Rezeptfrei in Ihrer Apotheke!

Natürliches Arginin plus B-Vitamine für gesunde Gefäße:

- Im Frühstadium von Arteriosklerose und leichtem Bluthochdruck
- Sehr gut verträglich und mit Medikamenten kombinierbar
- Für Diabetiker geeignet

Telcor® Arginin plus ist ein Lebensmittel für besondere medizinische Zwecke (bilanzierte Diät) und mit seiner speziellen Nährstoffkombination zum Diätmanagement bei leichtem Bluthochdruck, Störungen der Gefäßfunktion (u.a. Durchblutungsstörungen) im Frühstadium von Arteriosklerose sowie erhöhtem Homocysteinspiegel geeignet. 06/2021

www.telcor.de



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

DIERK HEIMANN'S

NEU!

YOUTUBE-CHANNEL



WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRD

Dr. Heimanns Kolumne verfolgen jede Woche einige Millionen Leserinnen und Leser. Da er und sein Team leider nicht mehr jede Frage persönlich beantworten können, wird Dr. Heimann künftig auf die häufigsten Fragen in einem Video eingehen – verständlich, umfassend und medizinisch auf dem neuesten Stand. Jede Woche neu!

Wenn auch Sie eine Frage haben:

Hinterlassen Sie bitte Ihr Anliegen auf Dr. Heimanns Anrufbeantworter, schicken Sie ihm einen Brief oder eine E-Mail:

Dr. med. Dierk Heimann
Postfach 23 00 63
55051 Mainz

Telefon:
0800 9863373

E-Mail-Adresse:
frage@hausarzt-kolumne.video

So gelangen Sie zu den Videos:
<http://www.hausarzt-kolumne.video>

Oder aktivieren Sie die Fotokamera Ihres Handys und nehmen Sie diesen QR-Code ins Visier.

