

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 306  Beim Hausarzt // Sport



„Kann ich vom Umknicken eine Thrombose bekommen, Herr Doktor?“

Ein 58-jähriger Patient ist beim Walken mit dem linken Fuß umgeknickt. Er hat im Wald und zu Hause alles richtig gemacht und nach der PECH-Regel gehandelt: P für Pause, E für Eis, der Buchstabe C steht für den englischen Begriff Compression, er hat also einen straffen Verband angelegt, H für Hochlagern. „Jetzt kann ich meinen Fuß aber immer noch nicht richtig bewegen, Herr Doktor. Ich brauche diese blöden Krücken, die meine Frau mal verschrieben bekommen hat und passe in keinen Schuh rein. Und das seit vier Tagen!“ Eine häufige Situation, dennoch mache ich mir Sorgen. „Können Sie den verletzten Fuß noch abrollen?“, frage ich. Er sieht mich irritiert an. „Wollen Sie den Fuß nicht erst einmal untersuchen?“ Ich nicke. „Das mache ich gleich. Ich bin nur etwas beunruhigt, weil eine Ruhigstellung des Beines das Risiko für eine Thrombose, also ein Blutgerinnsel in den Venen, erhöhen kann.“ Er wirkt überrascht. „Kann das so schnell passieren?“

Gefährliche Thrombosen

„Sie kennen das sicher vom Krankenhaus: Wenn Sie rund um eine Operation im Bett liegen müssen, bekommen Sie Bauchspritzen und tragen Kompressionsstrümpfe. Weil das Blut ohne Bewegung in den Beinen nicht gut zum Herzen zurückfließt“, erkläre ich. „Heparin-Spritzen sollen Sie vor einer Thrombose bewahren. Sonst könnte eine lebensgefährliche Verstopfung der Lungengefäße – eine sogenannte Lungenembolie – entstehen.“ Leider beachten das viele zu

Hause nicht. Auch da gilt: Wird ein Bein längere Zeit nicht belastet und der Fuß nicht richtig abgerollt, kann die sogenannte Muskelpumpe in der still gelegten Wade nicht aktiv werden. Das Blut kann stehenbleiben und gerinnen. Ein Blutgerinnsel, eine Thrombose kann die Folge sein.“ Inzwischen hat mein Patient seinen Strumpf ausgezogen. Einen Schuh trägt er nicht. Schon auf den ersten Blick sind eine erhebliche Schwellung und eine Blaufärbung zu sehen. Beides kann auf eine Bänderverletzung oder einen Bruch hindeuten und erhöht zugleich das Risiko für eine Thrombose. Ich untersuche seinen Fuß.

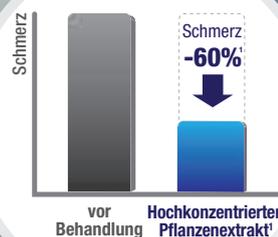
Die Ursache der Schwellung

„Ich überweise Sie zu einem MRT des Fußes und zum Orthopäden. Damit wir sehen, ob ein Band oder mehrere Bänder verletzt sind. Die starke Schwellung und dass Sie nicht abrollen können, macht mir wirklich Sorgen. Ich würde Ihnen daher gerne Heparin-Spritzen verordnen, damit kein Blutgerinnsel entsteht.“ Er winkt hektisch ab. „Auf keinen Fall, Herr Doktor!“, sagt er. „Ich muss nur eine Nadel sehen und werde schon ohnmächtig. Wie soll das gehen?“ Das macht meine Aufgabe etwas schwieriger. „Gut, dann verschreibe ich Ihnen 2 x 2,5 Milligramm Apixaban als Tablette – das nehmen Sie bitte, bis Sie Ihren Fuß wieder besser abrollen können.“ Mein Patient ist einverstanden. Seine Heilung verläuft in den nächsten Wochen gut. Weder ist ein Band gerissen noch etwas gebrochen. Und eine Thrombose im Bein hat er auch nicht bekommen.

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

Arthrose

60% weniger Schmerzen¹



Ein hochkonzentrierter Arthrose-Arzneistoff überzeugt in einer klinischen Studie.

Gute Nachricht für Arthrose-Patienten: In einer klinischen Studie fanden Wissenschaftler heraus, dass chronische Gelenkschmerzen bei Behandlung mit einem hochkonzentrierten Arzneistoff um 60% gemindert wurden.¹ Basis des untersuchten Wirkstoffs ist ein hochkonzentrierter Extrakt der bekannten Arthrose-Arzneipflanze *Harpagophytum procumbens*. Dieser ist als geschützter HPG2400-Extrakt® im Arzneimittel Gelencium EXTRACT (Apotheke, rezeptfrei) enthalten. Im Vergleich zu den meisten bisherigen Therapien (Tagesdosis: 960 mg) beträgt die aufgenommene

Wirkstoffdosis bei Gelencium EXTRACT 2.400 mg.² Hiervon profitieren insbesondere Arthrose-Betroffene mit wiederkehrenden Beschwerden, die meist eine besonders nebenwirkungsarme³ Langzeittherapie suchen. Denn: Harpagophytum-Arzneimittel sind sehr gut verträglich – mehr als 97% aller Anwender haben keinerlei Nebenwirkungen.³

Fazit: Mit dem hochkonzentrierten Arzneistoff in Gelencium EXTRACT können Sie Gelenkschmerzen wirksam lindern.¹ Fragen Sie jetzt in Ihrer Apotheke nach Gelencium EXTRACT.



- ✓ Bestätigt: Arzneistoff mit starker **Schmerzlinderung**¹
- ✓ Verbesserung der **Beweglichkeit**
- ✓ Sehr gute **Verträglichkeit**³

Für die Apotheke –
Gelencium EXTRACT:

75 Tabletten
150 Tabletten
2x150 Tabletten

PZN 16236733
PZN 16236756
PZN 17532250

www.gelencium.de

¹) Chrubasik. In Phytomedicine, 2002 Apr;9(3):181–194; Anwendungsbeobachtung ohne Randomisierung und Verblindung, durchgeführt mit Doloteffin: Enthält hochkonzentrierten Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt (2.400mg Tagesdosis). Hinsichtlich Zusammensetzung, Wirkstoff-Tagesdosis sowie Menge an Droge pro Tag identisch mit Gelencium Extract. ²) Die Standard-Tagestherapiedosis bei Harpagophytum Procumbens-Monopreparaten in Deutschland beträgt bisher 960 mg - 94% der in Deutschland verkauften Packungen entsprechen dieser Tagesdosis (Quelle: Insight Health, 2019). Die Tagestherapiedosis von Gelencium Extract beträgt demgegenüber 2.400 mg. ³) Vlachojannis. Phytother. Res. 2008; 22:149-152. Systematische Meta-Analyse von 28 klinischen Studien.

Pflichttext: Gelencium EXTRACT Pflanzliche Filmtabletten. Wirkstoff: 600mg Teufelskrallenwurzel-Trockenextrakt. Zur Anwendung bei Erwachsenen. Pflanzliches Arzneimittel zur unterstützenden Behandlung bei Verschleißerscheinungen (degenerative Erkrankungen) des Bewegungsapparates. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Heilpflanzenwohl GmbH • Alt-Moabit 101D • 10559 Berlin.

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 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 uns gern Ihr Anliegen. Bitte beachten Sie jedoch: Dr. Heimann kann leider nur allgemeine Fragen beantworten. Reichen Sie daher bitte keine Befunde oder persönlichen Unterlagen ein.

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.

