



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

äglich melden sich Patientinnen und Patienten von mir, weil sie Corona-positiv sind. Die meisten Verläufe sind zum Glück mild. Dennoch ist manchmal eine Behandlung mit Medikamenten sinnvoll. "Herr Doktor, was habe ich denn zu erwarten?", fragt die 84-Jährige am Telefon. Meine langjährige Patientin kann mit ihrem alten Aufklapphandy keine Video-Sprechstunde machen. Da nur die vergütet wird, macht jeder Hausarzt und jede Hausärztin, der oder die Telefonate anbietet, das derzeit ohne Bezahlung. "Durch Ihr Alter und Ihre verschiedenen Erkrankungen gehören Sie leider zur Risikogruppe", sage ich. "Der milde Verlauf bedeutet, dass Sie nicht ins Krankenhaus müssen – trotzdem kann es heftig werden." Die ehemalige Verwaltungsangestellte seufzt. Ich schaue in ihre Akte. "Sie haben es an den Bronchien, die Infektion kann Ihre Atemwege verengen, der Sauerstoffaustausch wird erschwert. Auch hohes Fieber kann auftreten, totale Erschöpfung. Ebenso eine Entzündung des Herzmuskels." Eine kurze Pause. Dann fragt sie: "Was raten Sie mir. Herr Doktor?"

Das Immunsystem unterstützen

Meine Patientin ist zweimal geimpft. Der Omikron-Booster war für die kommende Woche geplant. "Sie sollten ab sofort ein Medikament einnehmen, das die Virusvermehrung verlangsamt und das Risiko einer Krankenhauseinweisung senkt." Sie unterbricht mich. "Dieses Paxlovid?" Ich schaue auf ihren Medikamentenplan. "Leider nehmen Sie mehrere Medikamente ein, die sich mit den im Paxlovid enthaltenen Wirkstoffen nicht vertragen. Zum Beispiel Ihr Schlaganfallschutz, das Rivaroxaban. Auch das Eplerenon und das Simvastatin." Wieder eine kurze Pause. "Soll ich die weglassen?" Jetzt wird's knifflig. Die Liste der Medikamente, die sich mit dem Paxlovid nicht vertragen und sogar gefährlich werden können, ist lang. Am Telefon zu erklären, welches Medikament pausiert oder niedriger dosiert werden sollte, ist fast unmöglich. Missverständnisse sind vorprogrammiert. Komplikationen auch. Aber es gibt eine Lösung.

Alternative Medikamente

"Ich schlage vor, wir nehmen das Lagevrio. Auch eine Tablette. Zugelassen ist es noch nicht. Doch wir können es einsetzen. Es schützt wohl nicht ganz so gut wie das Paxlovid, doch es weist keine relevanten Wechselwirkungen mit Ihren Medikamenten auf. Das RKI empfiehlt es ebenfalls, falls Paxlovid nicht zum Einsatz kommen kann. Sie sollten es möglichst schnell nach der Infektion fünf Tage lang nehmen." Sie stimmt zu. "Ich lasse das Rezept an Ihre Apotheke faxen. Die liefern es. Nehmen Sie morgens und abends je vier Tabletten. Zusätzlich verschreibe ich Ihnen einen Inhalator, um Ihre Bronchien zu weiten und die Entzündung in der Lunge abzumildern." Nach drei Tagen telefoniere ich wieder mit ihr. Es geht ihr besser. Ich bin sehr erleichtert.





WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRDE

Dr. Heimanns Kolumne verfolgen jede Woche einige Millionen Leserinnen und Leser. Da wir leider nicht mehr jede Frage persönlich beantworten können, haben wir ihn und sein Team gebeten, auf die häufigsten Fragen in einem Video einzugehen - verständlich, umfassend und medizinisch auf dem aktuellsten 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: fraae@hausarzt-kolumne.

So gelangen Sie zu den Videos:

www.hausarzt-kolumne.

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





Haut im Kälte-Stress? Wie wir unseren Teint mit Hohowi-Extrakt glatter durch den Winter bringen

allo Winterzeit, hallo Hautprobleme! Für unser größtes Organ sind die sinkenden Temperaturen draußen eine echte Herausforderung. Denn schon ab acht Grad Celsius verlangsamen die Talgdrüsen ihre Produktion auf ein Minimum. Das Problem: Talg wirkt als natürliches Schutzschild für die Haut. Die Folgen des Kälte-Alarms bekommt der Teint darum unmittelbar zu spüren - die Haut wird spröde, verliert an Spannkraft und neigt zu Trockenheitsfältchen. Zum Glück kann eine Booster-Kur den fahlen Knitter-Teint wieder zum Strahlen bringen und glattbügeln.

Natürliches Lifting gegen Falten

Was aber lässt sich tun, um die Haut widerstandsfähiger gegen den Jahreszeitenwechsel zu machen? Auf der Suche nach einem natürlichen Anti-Aging-Mittel haben Forscher der Universität Miami den Hohowi-Wüstenstrauch in der Mojave-Wüste aufgespürt. Selbst während langer Dürreperioden verdorren seine Blätter nicht. Denn diese hocheffektive Pflanze ist in der Lage, langanhaltend Feuchtigkeit zu speichern. Zudem enthält Hohowi Botenstoffe, die das Zellwachstum tief unter der Hautoberfläche ankurbeln und die körpereigene Bildung von straffenden Kollagenfasern fördern. Dadurch bekommt das Gewebe seine natürliche Spannkraft zurück – und wirkt jünger, glatter und frischer. Das belegt auch eine klinische Studie: Nach nur vier Wochen Anwendung dieser Creme (Prüfpräparat: Celyoung Antiaging Creme PZN-Nr. 03689290, rezeptfrei in der Apotheke) verringerte sich die Faltentiefe der Teilnehmer im Schnitt um 54 Prozent und das gemessene Hautalter nahm um bis zu 10,7 Jahre ab.