



Dr. med. Dierk Heimann

ist Facharzt für Allgemeinmedizin. Er hat sich u.a. auf Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Vorbeugungs-, Ernährungs- und Naturmedizin spezialisiert.

www.ihr-hausarzt-in-mainz.de



„Was schützt vor Long COVID, Herr Doktor?“

Auch wenn viele es nicht mehr hören können: Die Corona-Zahlen steigen. Leider. Mich selbst hat es vor wenigen Wochen erwischt – zum ersten Mal. Kurz vor meinem Urlaub. Ich war unvorsichtig und hatte einige Tage heftige Beschwerden.

„Herr Doktor, mein Selbsttest zeigt zwei Striche“, sagt meine 54-jährige Patientin und hält in der Videosprechstunde ihren Test vor die Kamera. „Vor der COVID-Erkrankung habe ich keine große Angst mehr, doch die Long-COVID-Beschwerden machen mir Sorgen. Ich kann es mir nicht leisten, ständig erschöpft zu sein. Ich habe Familie und arbeite halbtags im Café.“ Ich nicke. Zwar schwanken die Angaben über die Häufigkeit solcher Beschwerden stark, doch bis zu 5 Prozent der Erkrankten sind wohl auch nach drei Monaten noch davon betroffen. Sogar nach leichten Verläufen. In Anbetracht der Millionen Infizierten bedeutet das Hunderttausende Menschen mit Long COVID-Beschwerden. „Ich kann Sie verstehen“, sage ich. „Leider wissen wir noch wenig darüber, wie sich solche Beschwerden verhindern lassen.“

Was sagt die Forschung?

Meine Patientin weiß von meiner Corona-Infektion. Ich musste einige Tage die Praxis schließen. „Was haben Sie denn gemacht?“, fragt sie. Da sie sehr verzweifelt wirkt, beschließe ich, meine Erfahrungen mit ihr zu teilen. „Ich habe das Metformin genommen, eine Substanz aus der Diabetes-Behandlung. Es gibt zunehmend Hinweise, dass sie vor Long COVID schützen kann.“ Die zweifache Mutter möchte unbedingt mehr darüber er-

fahren. „Seit einigen Monaten kursieren die Ergebnisse einer Studie aus den USA aus dem Jahr 2022 im Internet“, sage ich. „Zu finden ist sie unter anderem als ein sogenanntes Preprint. Es haben also noch nicht mehrere Expertinnen und Experten darüberschaut. Patientinnen und Patienten mit einer Corona-Infektion wurden drei verschiedene Wirkstoffe oder ein Placebo verabreicht und dann wurde untersucht, ob ein Effekt in Bezug auf Long COVID zu beobachten war. Weder die Betroffenen noch die Behandlungsteams wussten, wer welches Medikament bekommt ...“

Metformin zeigt Wirkung

„Und da hat dieses Metformin gut abgeschnitten? Haben Sie es deshalb selbst genommen?“, unterbricht mich meine Patientin. „Es gab in dieser Gruppe sogar über 40 Prozent weniger Long-COVID-Fälle. Da das Metformin seit Jahrzehnten bekannt und gegen Diabetes eingesetzt gut verträglich ist, habe ich es auch bei mir probiert. Allerdings musste ich es selbst zahlen. 100 Tabletten kosten etwa 15 Euro. Es ist ein sogenannter OFF-Label-Einsatz, da dieser Wirkstoff dafür ja nicht zugelassen ist. Bei den beiden anderen Substanzen kam übrigens nichts heraus. Ich habe es so wie in der Studie eingenommen: 500 Milligramm am ersten Tag, dann 500 Milligramm je morgens und abends bis zum fünften Tag, dann morgens 500 und abends 1000 Milligramm weitere neun Tage.“ Meine Patientin möchte es auch versuchen. Da ihre Nierenwerte in Ordnung sind und sie zu Übergewicht neigt, entspricht sie dem Klientel der Studie. Ich kläre sie ausführlich über die möglichen Wirkungen und Nebenwirkungen auf. Sie verspricht, sich bei mir zu melden.

DIERK HEIMANN'S VIDEO-KOLUMNE AUF YOUTUBE

WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRD

Wenn Sie eine Frage haben: Hinterlassen Sie Dr. Heimann gern Ihr Anliegen. Bitte beachten Sie jedoch: Er kann leider nur allgemeine Fragen beantworten. Reichen Sie bitte keine Befunde oder persönliche Unterlagen ein.
Dr. med. Dierk Heimann
Postfach 23 00 63
55051 Mainz
Tel. 0800 9863373
E-Mail-Adresse: frage@hausarzt-kolumne.video

So gelangen Sie zu den Videos: www.hausarzt-kolumne.video
Oder aktivieren Sie die Fotokamera Ihres Handys und nehmen Sie diesen QR-Code ins Visier.

