

„Was hilft bei Luftnot, Herr Doktor?“

Eine Herzschwäche äußert sich durch vielerlei Beschwerden. Oft denken die Betroffenen gar nicht an ihr Herz. Auch, weil sich die Symptome schleichend entwickeln. „Herr Doktor, ich komme selbst bei kleinen Steigungen aus der Puste. Ich bin auch immer müde“, sagt der 59-jährige Verwaltungsangestellte. „Das klingt, als hätte Ihre Herzschwäche zugenommen“, sage ich. Vor zwei Jahren hatte ein Kardiologe bei dem frisch gebackenen Großvater eine Herzschwäche ohne verminderte Pumpleistung diagnostiziert. „Wenn eine Pumpe zu schwach ist, wird weniger Flüssigkeit gefördert. Das verstehe ich“, sagte

er damals. „Sie aber sagen: Mein Herz schlägt normal. Und dennoch ist es eine Herzschwäche?“ Ich nickte. „Das mit dem Pumpen klappt gut“, hatte ich ihm erklärt. „Doch Ihr Herz füllt sich zu langsam mit Blut. Falls Sie es nachher googeln: Das ist eine Herzinsuffizienz mit erhaltener Ejektionsfraktion, kurz HFpEF.“

Neue Leitlinien vom Kongress

„Und was machen wir nun?“, fragt er. Ich hole ein Heft aus der Schublade, in dem die neuen Leitlinien zur Herzschwäche stehen. „Ich war gerade auf dem Europäischen Kardiologen-Kongress in Amsterdam. Dort wurden deren neue Leitlinien vorgestellt. Zu Ihrer Herzschwäche. Bislang

konnten wir hier leider weniger tun als bei einem Herzen, das zu schwach pumpt. Doch nun ist es offiziell festgehalten, dass Substanzen wie Empagliflozin oder Dapagliflozin auch bei Ihrer Form der Herzschwäche gut helfen können.“ Seine Gesichtszüge hellen sich auf. „Ich schreibe Ihrem Kardiologen. Wenn er es auch so sieht, erweitern wir Ihre Medikation. Wichtig: Alle anderen Medikamente sollten Sie erst einmal beibehalten. Insbesondere die gegen den hohen Blutdruck. Eventuell können Sie bald die Dosis senken.“ Wenige Tage später hat der Kollege geantwortet. Auch er befürwortet den Einsatz. Nun heißt es: Daumen drücken, dass es meinem Patienten damit besser geht.

TEXT DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO LARS BERG

Wenn die Schmerzstelle zur Kostenfalle wird.

Nimm Ibu – aus der Tube.

So wirksam wie Tabletten* aber besser verträglich.

Bei entzündungsbedingten Rücken- und Gelenkschmerzen.



* 3 x täglich Ibuprofen Schmerzgel (5 %) im Vergleich zu 3 x täglich 400 mg Ibuprofen-Tabletten bei akuten Weichteilverletzungen. doc® Ibuprofen Schmerzgel. Gel. Wirkstoff: Ibuprofen. Anwendungsgebiete: Zur alleinigen oder unterstützenden äußerlichen Behandlung bei Schwellungen bzw. Entzündung der gelenknahen Weichteile (z. B. Schleimbeutel, Sehnen, Sehnenscheiden, Bänder und Gelenkkapsel), Sport- und Unfallverletzungen wie Prellungen, Verstauchungen, Zerrungen. Enthält u. a. Benzylalkohol, Benzylbenzoat, Citral, Citronellol, Cumarin, Eugenol, Farnesol, Geraniol, D-Limonen und Linalool. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand 07/2021



DIERK HEIMANN'S
VIDEO-KOLUMNE
AUF YOUTUBE

WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRDE

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.



„... Ich bin ausgeglichener, ich kann besser schlafen und sehe jetzt alles gelassener. Ich bin sehr zufrieden mit Lioran classic für Nacht und Tag“, schreibt eine zufriedene Apotheken-Kundin“



Schlechter Schlaf – Unruhe & Anspannung

NEU Das Wunder der Passionsblume

Viele Menschen fragen sich, wie sie in dieser Zeit endlich zur Ruhe kommen können. **Unser Tipp: Die schöne Passionsblume. Die Heilpflanze verlängert die gesamte Schlafdauer, weil sie uns endlich gut durchschlafen lässt. Am Tag sorgt die Passionsblume für innere Ausgeglichenheit und schenkt uns damit ein Stück Lebensqualität. Das zeigen aktuelle Studien.**

Im Moment erleben wir die Krise in der Krise. Das beeinflusst unseren Schlaf erheblich. Denn um gut zu schlafen, muss man sich entspannt fühlen. Das ist bei allen Menschen gleich. Fragen Sie in der Apotheke nach dem neuen Lioran classic mit der einzigartigen Wirkung der Passionsblume, mit der man spürbar zur Ruhe kommt.

Lioran classic hilft ganz natürlich im Einklang mit dem Körper. Der Wirkstoff der Passionsblume regt unseren Körper zur ausreichenden GABA-Versorgung an. Mediziner sprechen von der Gamma-Aminobuttersäure, dem wichtigsten Stoff des Körpers für den Schlaf. Zwei Lioran classic-Kapseln werden eine halbe Stunde, bevor man ins Bett geht, eingenommen. In kurzer Zeit spürt man, wie sich der Passionsblumen-

Sorgen überfallen in der Nacht ...



... Am schlimmsten ist es in der Nacht. Man wälzt sich in den Kissen hin und her, liegt stundenlang wach und grübelt über das Leben nach. Das Kopfkino läuft, das Gedankenkarussell rast und an erholsamen Schlaf ist nicht mehr zu denken. Exakt hier setzt die Wirkung des neuen Lioran classic an.

Wirkstoff im Körper entfaltet. Das entspannt maximal und unterstützt die natürlichen Schlafphasen.

Sanft abschalten und erholsam schlafen

Die kreisenden Gedanken ziehen davon und man kann zügig ein- und gut durchschlafen. Am Tag stärkt Lioran classic das Nervenkostüm. Das lässt ausgeglichen und gelassen durch diese Zeit gehen. Selbst-

verständlich ohne Abhängigkeit, ohne Wechselwirkungen mit anderen Medikamenten und bei guter Verträglichkeit.



Rezeptfrei in Apotheken

9,90 Euro, 20 Kapseln (AVP)
PZN 18 45 32 45

¹ www.medpex.de/beruhigung-nervenstaerkung/lioran-classic-fuer-nacht-und-tag-die-passionsblume-p18435738#reviews
² Lee et al. (2020) Int Clin Psychopharmacol; 35(1):29-35, Gilbert et al. (2017). Compl med res; 24(2), 83-89

Lioran® classic für Nacht und Tag die Passionsblume. Wirkstoff: Passionsblumenkraut-Trockenextrakt. Traditionelles pflanzliches Arzneimittel zur Besserung des Befindens bei nervlicher Belastung und zur Unterstützung des Schlafes ausschließlich auf Grund langjähriger Anwendung. Enthält Lactose. (Stand: 12/2022) Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Cesra Arzneimittel GmbH & Co. KG, Braunmattstraße 20, 76532 Baden-Baden