

  
**DIERK HEIMANNS**  
**VIDEO-KOLUMNE**  
**AUF YOUTUBE**

## WAS EIN HAUSARZT SEINER FAMILIE RATEN WÜRD

**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:

[www.hausarzt-kolumne.video](http://www.hausarzt-kolumne.video)

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



„Für wen  
eignet sich die  
**Abnehmspritze,**  
Herr Doktor?“

### 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](http://www.ihr-hausarzt-in-mainz.de)



## PACKT DEN ATEMWEGS- INFEKT\* MIT DER WURZEL

- Bekämpft die Infekt-Erreger
- Lindert die Symptome
- Beschleunigt die Heilung

Wirkt gegen die Ursache des Atemwegsinfekts\* mit der Wurzel der südafrikanischen Kapland-Pelargonie.

**Umckaloabo**<sup>®</sup>  
Unaussprechlich, aber ausgesprochen gut<sup>®</sup>

\*bei akuter Bronchitis

Umckaloabo<sup>®</sup> ist eine eingetragene Marke Reg.-Nr.: 644318

Umckaloabo<sup>®</sup> Wirkstoff: Pelargonium-sidooides-Wurzeln-Auszug. **Anwendungsgebiete:** Akute Bronchitis (Entzündung der Bronchien). Enthält 10,7 % w/v Alkohol. **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** Dr. Willmar Schwabe GmbH & Co. KG - Karlsruhe U/01/05/23/08

**D**a ich mich in meiner Praxis viel mit dem Thema Gewichtsreduktion befasse – und meine Patientinnen und Patienten das auch wissen –, höre ich diesen Satz neuerdings in jeder Sprechstunde: „Herr Doktor, ich möchte die Spritze zum Abnehmen!“ Ich sehe Übergewicht als Erkrankung an und absolviere derzeit eine Fortbildung in Adipologie, dem Wissen um die besten Abnehmmethoden. „Ich habe schon alles versucht!“, setzt die 53-jährige Sachbearbeiterin nach. „Ich wiege mehr als 90 Kilo! So geht das nicht weiter!“ Sie ist unzufrieden. Ihr Body-Mass-Index liegt bei über 30. Damit gehört sie zu den Menschen, für die die neuen Substanzen Liraglutid oder auch das Semaglutid zugelassen sind. „Grundsätzlich kommen Sie dafür infrage“, sage ich. „Aber kennen Sie die Wirkungen und Nebenwirkungen?“ Sie nickt. „Vor allem weiß ich, dass ich damit abnehmen kann.“

### Nur die Spritze reicht nicht ...

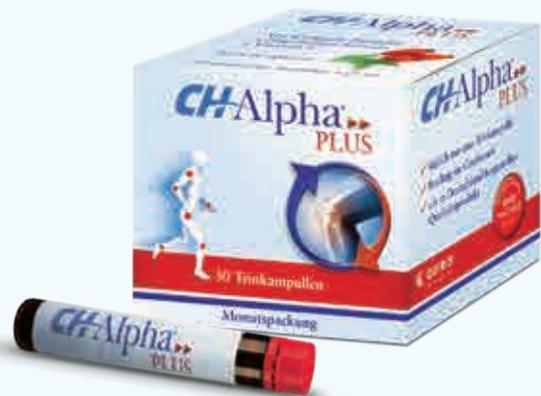
Damit hat sie recht. Doch: keine Wirkung ohne Nebenwirkungen. „Es gibt leider auch unangenehme Effekte“, sage ich. „Zu Beginn können häufig Übelkeit und Durchfälle auftreten.“ An ihrem Gesichtsausdruck erkenne ich, dass sie diese Nebenwirkungen kennt. „Es gibt leider noch mehr. Beim Abnehmen kommt es häufiger zur Bildung von Gallensteinen. Sobald man eine der Abnehmspritzen einsetzt, treten sie etwas vermehrt auf.“ Das wusste sie noch nicht. „Wir sollten uns daher im Ultraschall ansehen, ob Sie bereits Gallensteine haben. Wenn nicht, können wir beispielsweise begleitend die Mariendistel einsetzen. Sie erhöht die Menge an Gallensäften. Vielleicht können wir damit die Bildung von Gallensteinen verhindern.“ Sie schreibt sich den Namen auf. „Dann kann es jetzt losgehen?“ Ich schüttele den Kopf. „Wir sollten uns erst Ihre Laborwerte ansehen. Wir wissen aus einer aktuellen Studie aus Kanada, dass es bei der Behandlung öfter als gedacht zu einer Entzündung der Bauchspeicheldrüse kommen kann. Hier würde ich gerne die Ausgangswerte kennen und diese dann im Verlauf kontrollieren. Zusätzlich machen wir eine Ultraschalluntersuchung.“ Sie wird unruhig. „Ich würde aber gerne schnell starten.“ Das verstehe ich. „Ich nehme die neuen Studienergebnisse sehr ernst. Die Spritze alleine ist leider keine gute Idee. Es wird dringend empfohlen, im Verlauf des Abnehmens immer wieder die Bauchspeicheldrüse in den Blick zu nehmen. Auch sollten wir über Ihre Krankenkasse eine Ernährungsberatung beantragen, sobald die ersten Kilos gepurzelt sind. Nur wenn Sie Ihre Ernährung umstellen und sich gezielt bewegen, können Sie Ihr Gewicht auf Dauer halten – dann auch ohne Spritze.“ Meine Patientin atmet hörbar ein. Sie scheint das nicht erwartet zu haben. „Auch sollten wir sicher sein, dass keine Diabeteserkrankung oder eine zu schwach funktionierende Schilddrüse das Gewicht steigen lässt.“ Nach allen Untersuchungen entscheidet sich meine Patientin für das einmal pro Woche zu injizierende Semaglutid. Ab jetzt werden wir uns regelmäßig sehen ...

TEXT DR. MED. DIERK HEIMANN FOTO LARS BERG



**FÜR IHRE  
GELENKE**

## ENDLICH WIEDER MITTEN IM LEBEN!



Das Trink-Kollagen mit natürlicher Hagebutte – plus Vitamin C für:

- ▶ eine gesunde Kollagenbildung
- ▶ eine normale Funktion von Knorpeln und Muskeln
- ▶ gut verträglich und mit Medikamenten kombinierbar

Optimale Ergänzung von außen:  
**CH-Alpha® Gelenk-Gel**



**CH-Alpha®  
PLUS**

Deutschlands Kollagen-Spezialist Nr.1\* – Infos unter [www.ch-alpha.de](http://www.ch-alpha.de)  
Erhältlich in Ihrer Apotheke

CHAP\_PAN\_0923 \*Datamedio 12/2022