

STIEFS SPRECHSTUNDE

Leser fragen –
Experten antworten

PROF. CHRISTIAN STIEF

Liebe Leserinnen und Leser,

als Chefarzt im Münchner Klinikum Großhadern erlebe ich täglich, wie wichtig medizinische Aufklärung ist. Doch im hektischen Alltag von Klinik und Praxis bleiben manchmal Fragen offen. Und: Geht es um ein „Tabuthema“, trauen sich Patienten häufig gar nicht erst nachzufragen. Meine Kollegen und ich wollen Ihnen daher Antworten geben. Haben Sie auch eine Frage zu einem medizinischen Thema? Dann schicken Sie uns diese zu! Bitte fassen Sie Ihr Anliegen kurz zusammen und geben möglichst Ihr Alter an. Schicken Sie uns keine Krankenakten. Die Antworten werden auf dieser Seite anonymisiert veröffentlicht – aber nicht persönlich zugeschickt.

Haben Sie Fragen? Schreiben Sie uns!

Per Mail: mitarbeit.wissenschaft@merkur.de
Per Post: Münchner Merkur, Redaktion Gesundheit, Paul-Heyse-Straße 2-4, 80336 München

Leser (85): Ich habe einen Juckreiz am Körper mit roten Flächen und auch manchmal roten Striemen. Ich verwende Salben, aber der Juckreiz tritt immer wieder auf. Wie besiege ich ihn langfristig?

So behandeln Sie trockene Haut

Sie berichten über die trockene Haut. Es gibt viele Menschen, die von klein auf unter einer trockenen Haut leiden, da sie von Geburt an weniger Talgdrüsen besitzen als ihre Mitmenschen. Die Talgdrüsen produzieren unsere körpereigene Fettcreme. Je älter wir werden, umso mehr geht die körpereigene Pflegeproduktion zurück und wir müssen nachschmieren. Weitere Probleme der Winterzeit sind die trockene Heizungsluft und die Tatsache, dass jenseits der sieben Grad Celsius die Haut Ihre Talgproduktion reduziert. Verwenden Sie also immer Duschöl und Badeöl und reichhaltige (fett) Körpercreme mit Harnstoff (Urea). Trinken sie reichlich Tees und Wasser. Essen Sie fettigen Seefische wie Lachs oder Kabeljau regelmäßig. Auch der Genuss von buntem Obst (insbesondere Beeren) und Gemüse hilft Ihrer Haut, sich zu regenerieren. Abschließend ist zu beachten, dass natürlich auch gewisse Erkrankungen wie zum Beispiel Leber- oder Nierenerkrankungen, die Zuckerkrankheit (Diabetes), neurologische Erkrankungen, Parasiten, Tumore, Unverträglichkeiten gegenüber Medikamenten, Allergien, aber auch ein Bandscheibenvorfall zu Juckreiz führen können. Zudem sollte untersucht werden, ob ein Entzündungsherd im Körper vorliegt.



Dr. Christoph Liebich
Hautarzt in der Praxis Dermazent
in der Münchner Innenstadt

DER DIAGNOSEDOLMETSCHER

Arterielle Hypertonie

Arterielle Hypertonie bezeichnet Bluthochdruck. Er steht auf der Top-Ten-Liste der bedrohlichen Krankheiten weltweit. Als normal gelten Blutdruckwerte bis 139/89 mmHg. Bluthochdruck bedeutet nach derzeitiger Definition, dass wiederholt Messwerte ab 140/90 mmHg (Messung in der Arztpraxis) vorliegen.

Leser: Ich habe schlimme Kopfschmerzen und würde gerne die Ursache erfahren. Wie gehe ich das an?

Suche nach dem Grund für Kopfschmerz

Kopfschmerzen können viele Ursachen und Ausprägungen haben, daher müssen Ärzte zunächst genau erfragen, an welcher Art von Kopfschmerz der Patient leidet. Eventuell hat sich da auch im Laufe der Zeit etwas geändert, ohne dass es bemerkt wurde. Handelt es sich um eine Migräne oder einen Spannungskopfschmerz? Es gibt auch eine Form des Kopfschmerzes, der durch zu viele Medikamente ausgelöst oder verstärkt wird. Wir betrachten aber nicht nur den Kopfschmerz, sondern untersuchen auch, ob Verspannungen im Nacken oder der Schulter Ursache sein könnten. Was bei Betroffenen, die viel am Bildschirm arbeiten, tatsächlich häufig der Fall ist. Unterstützend bei der Einordnung ist ein Kopfschmerz-Tagebuch, in dem die Patienten festhalten, wann und unter welchen Begleitumständen sie in die Schmerzzustände geraten. Bei der Behandlung vor allem von hartnäckigen Kopfschmerzen hilft eine multimodale Schmerztherapie, bei der neben Medikamenten auch Psychologen, Physiotherapeuten und Masseur helfen.



Dr. Kinga Petery
Chefärztin der Klinik für Physikalische
Medizin München Klinik Harlaching

Großes Kino für die Organspende



Dass sie noch vor Kurzem schwer herzkrank war, sieht man Tamara Schwab kein bisschen an. Die 29-Jährige bekam am 1. August in Großhadern ein Spenderherz implantiert.



Gerettet: Prof. Christian Hagl, Chef der Herzchirurgie des Klinikums der Ludwig-Maximilians-Universität (5. von links) inmitten von Transplantierten.
F.: M. GÖTZFRIED (2)

Herzkrankheiten können viele Ursachen haben. Mit einem Spenderherzen ist für die Patienten wieder ein ganz normales Leben möglich. Mit kurzen Filmen, die an Bahnhöfen und im Internet gezeigt werden, will das LMU-Klinikum die Bereitschaft zur Organspende erhöhen. Bei der Premierenfeier im Kino sprachen Transplantierte.

VON SUSANNE SASSE

München – Sie war jung und fit und niemand ahnte, dass Tamara Schwab schon quasi seit Geburt schwer herzkrank war. Sie leidet an arrhythmogener Kardiomyopathie (ACM). Bei dieser Herzmuskelerkrankung treten völlig unerwartet Herzhrythmusstörungen auf. „Die betroffenen fallen plötzlich tot um, und das Tückische ist, es gibt keine Warnzeichen vorab“, sagt Prof. Christian Hagl, Chef der Herzchirurgie des Klinikums der Ludwig-Maximilians-Universität München. Der engagierte Herzchirurg geht mit seinem Klinikum einen neuen Weg, um für die Organspende zu werben: Gestern präsentierteer zusammen mit Andreas Steeger im Filmtheater am Sendlinger Tor kurze aufrüttelnde Filme zum Thema. Unter den Zuschauern saß auch Tamara Schwab – und niemand hätte ihr angesehen, dass sie erst im Sommer ein neues Herz bekam.

Seit 1. August schlägt in ihrer Brust ein Spenderherz. Schon fünf Wochen nach der Transplantation saß Tamara Schwab (29) in der Reha wieder auf einem Ergometer Fahrrad. „Seitdem geht es Schlag auf Schlag, im November war ich zuhause, inzwischen arbeite ich auch wieder in der Bank und mache Sport“, sagt die 29-Jährige. Kaum zu glauben, denn zuvor hatte sie striktes Sportverbot. Ihre tückische Herzerkrankung wurde vor allem dann zur Gefahr, wenn sie ihr Herz zu Höchstleistungen antrieb.

„Die Erkrankung wird häufig mit einer Herzmuskelentzündung oder anderen Formen von Herzhrythmusstörungen verwechselt, aber anders als bei dieser bekommt man sie mit Verödungen nicht in den Griff“, sagt Prof. Hagl. Denn bei arrhythmogener Kardiomyopathie wird

Mit Chilipflaster gegen Gürtelrose



Chefärztin Dr. Madlen Lahne mit Patient Michael Armbrüster.

sucht, aber es wurde einfach nicht besser.“ Schließlich wird dem 58-jährigen die Schmerztherapie im Helios Amper-Klinikum Dachau empfohlen. Dort wird er stationär aufgenommen und be-

ginnt bei Chefärztin Dr. Madlen Lahne und ihrem Team eine multimodale Schmerztherapie. „Das war ein absoluter Glücksgriff“, stellt Armbrüster rückblickend fest. „Die Wahrscheinlichkeit,

an Gürtelrose zu erkranken, steigt mit zunehmendem Alter“, erklärt Dr. Lahne und ergänzt: „Unabhängig davon begünstigen Stress und ein geschwächtes Immunsystem das Auftreten.“ Bei der Krankheit handele es sich um ein virusbedingtes Nervenschmerzsyndrom. Bei zehn bis zwanzig Prozent der Betroffenen stelle sich der Verlauf kompliziert und hartnäckig dar. Da seien viel Fingerspitzengefühl und Geduld wichtig für eine erfolgreiche Behandlung, so die Chefärztin.

„Hier im Schmerzzentrum wollen wir den Betroffenen eine gute Schmerzkontrolle und eine schmerzunabhängige Lebensgestaltung zurückgeben“, erklärt Dr. Lahne. Dabei sei neben medikamentöser und Bewegungstherapie auch das Erlernen von Verhaltensweisen für einen günstigeren Umgang mit Schmerzen im Alltag wichtig. Michael Armbrüster empfielt Dr. Lahne darüber hi-

ein Protein im Herzen nicht richtig gebildet, weshalb Lücken im Bindegewebe entstehen und das Herz so immer mehr vernarbt, erklärt Prof. Hagl. Die Krankheit ist genetisch bedingt und weltweit unterschiedlich stark verbreitet. Während sie in den USA sehr selten ist – auf 100 000 Menschen kommt dort ein Erkrankter – ist sie in Europa weit häufiger: Zumeist ist einer von 10 000 Menschen betroffen, in manchen Gegenden Norditaliens und Griechenlands kann sogar einer von 1000 Menschen erkranken. „Meist sind schon junge Menschen betroffen, in Italien wird diese Kardiomyopathie als häufigste Ursache für den plötzlichen Herztod bei jungen Sportlern vermutet“, sagt Prof. Hagl.

Zweimal erlitt Tamara Schwab einen Herzstillstand – beide Male hatte sie das enorme Glück, dass sie professionell reanimiert wurde. Mitten im Fitnessstudio war Tamara Schwab 2018 plötzlich mit einem Herzstillstand von einem Fitnessfahrrad gefallen. Eine Dreiviertelstunde wurde sie danach reanimiert, durch Zufall von einem angehenden Mediziner. Dann wurde sie in für einen Tag in ein künstliches Koma versetzt und bekam einen Defibrillator eingesetzt. Dass der ihr Leben im Ernstfall gar nicht hätte retten können, war da noch nicht klar. Kurze Zeit später erlitt sie im Urlaub auf Ibiza einen zweiten Herzstillstand – wieder hatte sie das Glück, gleich reanimiert zu werden und keine bleibenden Schäden zu erleiden. Seitdem aber lebte sie in Angst vor den plötzlich auftauchenden Herzstillständen und litt außerdem sehr unter den Schocks, die ihr der Defibrillator immer wieder verpasste. 2021 ergab ein Gentest, dass sie an der Erbkrankheit leidet – und dass ihr nur eine Herztransplantation helfen kann.

„Ein Kunstherz kann da nicht helfen. Eine Transplantation ist die einzige Chance“, sagt Prof. Hagl. Tamara Schwab bekam am 1. August ein Spenderherz implantiert. „Seitdem geht es Schlag auf Schlag bergauf – ich arbeite wieder und darf auch wieder Sport machen“, freut sich die 29-Jährige. Für die Organspende zu werben, ist für sie Ehrensache. „Dank dem Spenderherz kann ich mich noch auf viele Jahre freuen, der Organspenderin verdanke ich mein Leben.“

naus die Anwendung eines sogenannten Chilipflasters. „Das Capsaicin aus der Chilifrucht inaktiviert die Schmerzrezeptoren auf der Haut“, erklärt sie. Gerade bei Gürtelrose sei das ein gut verträgliches, wirksames Therapiemittel. Die Anwendung des Pflasters dauere eine Stunde, die Wirkung halte etwa neunzig Tage an, so die Chefärztin. Michael Armbrüster war zunächst skeptisch. „Ich konnte mir das nicht so richtig vorstellen, aber am Ende hat es die Therapie sehr gut ergänzt“, sagt er.

Seinen stationären Aufenthalt kann Michael Armbrüster noch vor Weihnachten beenden. Bis zur vollständigen Genesung wird es noch etwas dauern, aber die ersten Schritte auf dem Weg dorthin sind gemacht. „Vor einigen Wochen hätte ich nicht damit gerechnet, überhaupt Weihnachten feiern zu können“, erinnert er sich.