

Gesundheit

Alles
Wissen
über
Körper & Seele

Nr. 1/2020
4,90 €

Noch einmal mit Gefühl

Wie eine späte Liebe glücklich machen kann

Raus aus der Depression

So kommt die Psyche wieder ins Gleichgewicht

Fitness

Dieses Training bringt Sie schnell in Form

DOSSIER HORMONE

Testosteron

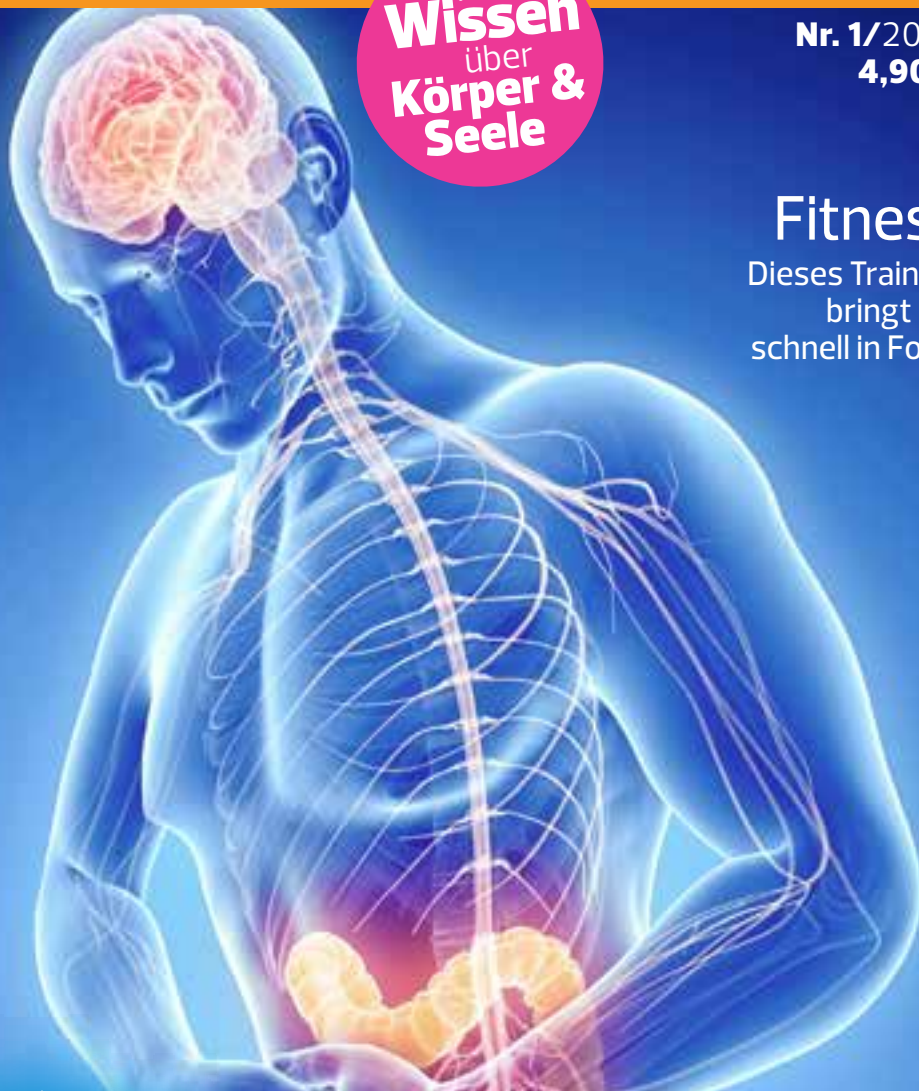
Das macht schlappe Männer wieder fit

Schilddrüse

Keine Narben dank neuer OP-Methoden

Aphrodisiaka

Heilpflanzen für die Liebeslust



Chronische Erkrankungen

Asthma, Diabetes & Co.

Die Heilkraft neuer Therapien

Seltene KRANKHEITEN

Mit detektivischem Spürsinn kommen ihnen Ärzte auf die Spur



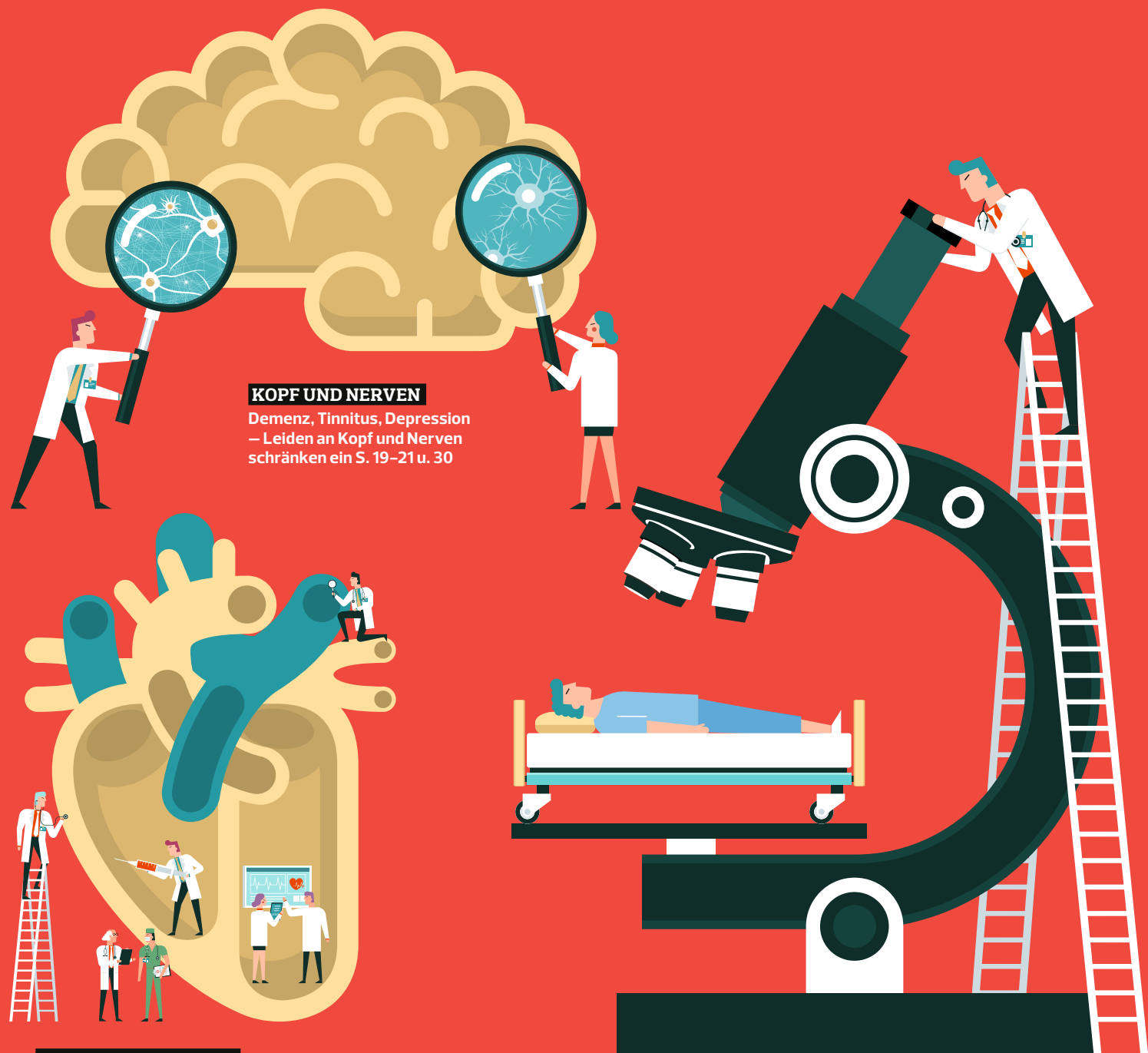
Besser HÖREN, besser leben

Alles über neue Hörhilfen, OPs und worauf Sie achten sollten

22 Tipps für ein STARKES HERZ

Was unser wichtigstes Organ wirklich braucht





KOPF UND NERVEN

Demenz, Tinnitus, Depression
– Leiden an Kopf und Nerven
schränken ein S. 19–21 u. 30



HERZ UND KREISLAUF

Todesursache Nummer
eins weltweit sind
Herz-Kreislauf-Krankheiten
S. 17–18

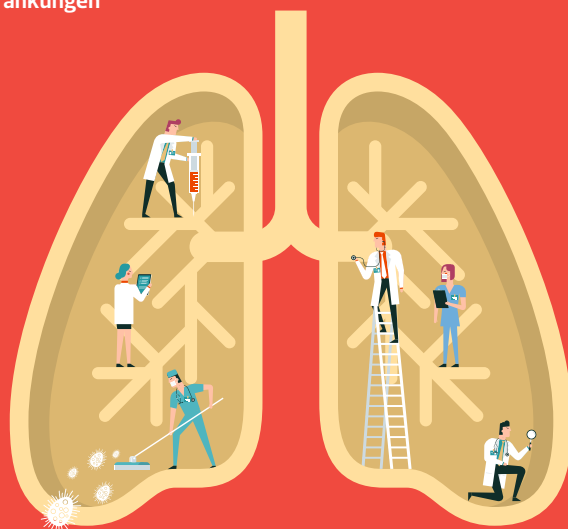
AUF DER SPUR

International forschen Teams
zu Ursachen und Behandlung
chronischer Erkrankungen



**ATEMWEGE
UND HAUT**

Hinter Asthma oder
Hautirritationen
stecken oft Allergien
S. 31+ 32



Chronisch krank

Viele haben das Gefühl, einen aussichtslosen Kampf zu führen – gegen Beschwerden, die nicht verschwinden wollen. Unser **Körperatlas** zeigt, wo sie auftreten, was sie bedeuten – und was wirklich helfen kann



KNOCHEN UND GELENKE

Vielfach ist Abnutzung die
Ursache der Schmerzen, doch
es gibt Hilfe S. 22–25



**IMMUNSYSTEM
UND STOFFWECHSEL**

Reizdarm und Diabetes
gehören zu den häufigsten
Störungen S. 26–28





Chronisch krank



Prof. Dr. Dietmar Daichendt

Der **Allgemeinmediziner mit Zusatzausbildung** in Osteopathie und Naturheilverfahren lehrt an der Ludwig-Maximilians-Universität München, hat eine Praxisklinik in München und ist Präsident der Deutschen Gesellschaft für Chirotherapie und Osteopathie (DGCO)

Bereits über 35 Prozent der Bevölkerung in Deutschland gelten als chronisch krank – und es werden immer mehr. Sogar Kinder sind betroffen: Laut einer landesweiten Studie der Gesundheitskasse DAK leidet etwa jedes vierte Kind an Erkrankungen wie Asthma, Neurodermitis oder Allergien. „In der Medizin ist ‚chronisch‘ definiert als alles, was länger als sechs Monate besteht“, sagt Allgemeinmediziner Prof. Dietmar Daichendt aus München, „und viele Leiden können sich chronifizieren, wenn sie nicht rechtzeitig behandelt werden.“ Umgekehrt gibt es Erkrankungen, die als chronisch gelten, da sie kaum zu heilen sind, etwa Abnutzungserscheinungen an Knochen und Gelenken. Manche der ständigen Begleiter, wie Bluthochdruck etwa, sind kaum zu spüren. Andere schränken den Alltag stark ein. In jedem Fall belastet die Befürchtung, das eigene Leiden womöglich nie mehr loszuwerden.

Die Angst davor, dass Widerstand zwecklos ist

Das Risiko, von einer langwierigen Einschränkung erwischt zu werden, ist groß. Im Verzeichnis der Kassenärztlichen Vereinigungen ist die Liste der „chronischen Erkrankungen zur Förderung im hausärztlichen Versorgungsbereich“ 33 Din-A4-Seiten lang. Chronische Erkrankungen vertreiben aus der Geborgenheit der Normalität. Es dauert zu akzeptieren, dass es keine Heilung gibt. Dass man Abschied nehmen muss von dem, was bisher selbstverständlich schien: essen, was man will, zum Beispiel oder nach Lust und Laune Sport machen, spazieren gehen. Man muss hinnehmen, dass sich die Erkrankung bestenfalls zum Stillstand bringen lässt, dass man froh zu sein hat, wenn Symptome gelindert werden können. Manche chronische Erkrankungen sind derart häufig, dass sie als Volkskrankheit gelten. Einfacher macht es das für Betroffene nicht. Der Körper ist angegriffen, die Psyche auch. Das wiederum kann Symptome verstär-

ken oder Folgeerkrankungen wie eine Depression nach sich ziehen. „Chronisch krank zu sein bedeutet, einen großen Teil der Unbeschwertheit des Gesunden einzubüßen“, sagt Prof. Dietmar Daichendt. Der Mediziner hat aber im Umgang mit Patienten auch oft eine Perspektiverweiterung erlebt: „Es bedeutet auch, eine andere Sicht des Lebens entwickeln zu können und das Gute im Leben in Demut mehr wertzuschätzen als vorher“, so der Allgemeinarzt mit Zusatzqualifikation in Naturheilverfahren und Komplementärmedizin.

Die Angehörigen leiden mit

Viele Therapien sind langwierig, anstrengend oder unangenehm. Dadurch sind nicht nur Patienten von einer chronischen Erkrankung betroffen, sondern auch Familie und Freunde. Manchmal fallen gegenüber den Leidenden Äußerungen, die wie die Beweisaufnahme einer Anklage wirken: Geraucht, keinen Sport getrieben, ausschweifend gelebt? Krankheit, so scheint es, wird von vielen als Bestrafung gesehen. Wer nicht nur kurzzeitig krank ist, sondern dauerhaft, spürt häufig Akzeptanzprobleme der Gesellschaft, kann sich sogar stigmatisiert fühlen. Auch damit muss jeder Patient erst umgehen lernen.

Wenig bekannt: Schwerwiegende chronische Erkrankungen wie Herz-Kreislauf-Krankheiten, Asthma, Tinnitus, Rückenleiden oder Rheuma können ebenso wie eine Krebserkrankung eine Behinderung darstellen. Betroffene haben dann das Recht auf einen Schwerbehindertenausweis und erhalten damit Nachteilsausgleiche wie mehr Urlaubstage, höhere Steuerfreibeträge oder die Möglichkeit, früher in Rente zu gehen. (Anträge und Auskunft beim örtlichen Versorgungsamt oder über vdk.de). **BETTINA KOCH**

Herz

und Kreislauf leiden häufig still, bis Schäden schon weit fortgeschritten sind



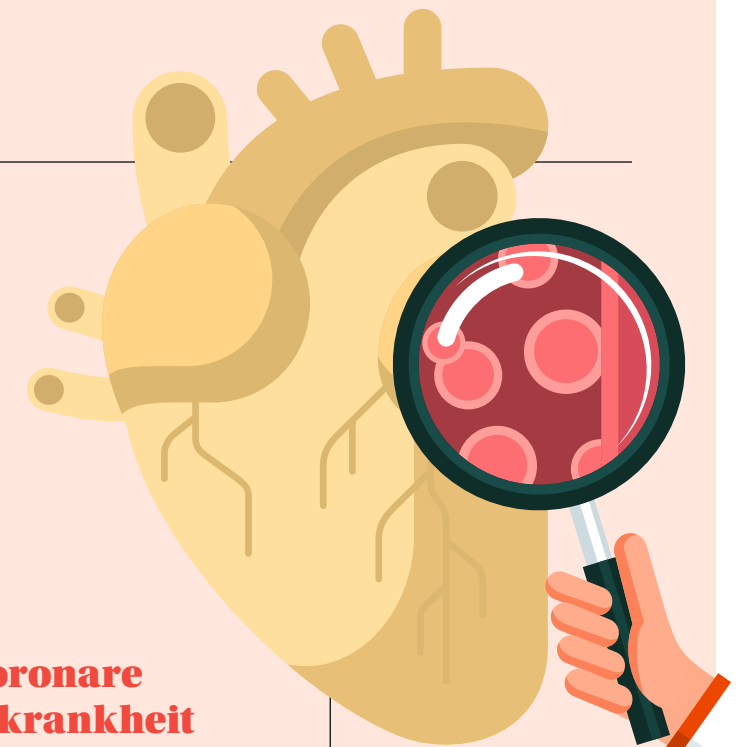
Hypertonie (Bluthochdruck)

Fast jeder dritte Erwachsene in Deutschland hat Bluthochdruck. Über lange Zeit macht er keinerlei Beschwerden. Dennoch können die Folgen lebensbedrohlich sein: Als Herzinfarkt etwa oder Schlaganfall. Bluthochdruck kann auch schon bei Kindern auftreten.

■ **SYMPTOME** Hypertonie ist nur durch regelmäßiges Blutdruckmessen, etwa bei Routinechecks, zu erkennen. „Erst bei fortgeschrittenem Verlauf zeigen sich Symptome wie Aufregtheit, roter Kopf, schnelle körperliche Erschöpfung“, so Prof. Daichendt. Als optimal werden Werte unter 120/80 mmHg eingestuft. In höherem Alter gelten beim oberen Wert (systemisch) 120 bis 140 mmHg als normal.

■ **URSACHEN** „Es gibt familiäre Häufungen, da ist der Bluthochdruck genetisch geprägt“, so Prof. Daichendt. Hauptsächlich zählt aber die Lebensführung zu den wirklichen Blutdrucktreibern: Übergewicht, Genussmittelkonsum, mangelnde Bewegung.

■ **BEHANDLUNG** Gewichtsreduktion, Bewegung im milden Belastungsbereich, Stressabbau sind bei Bluthochdruck immer empfehlenswert. „Beim Abnehmen weniger die Waage, eher den Hosenbund ansehen“, empfiehlt Prof. Daichendt. Bei stark erhöhtem Blutdruck und in belastenden Lebenssituationen sind jedoch Medikamente die beste Wahl. ACE-Hemmer entlasten die Nieren, Betablocker greifen an den Rezeptoren der Arterien an. Sartane wirken gefäß-erweiternd, indem sie die Wirkung des körpereigenen Hormons Angiotensin hemmen.



Koronare Herzkrankheit

Eine Verkalkung der Herzkranzgefäße verursacht die koronare Herzkrankheit (KHK). Sie ist die häufigste Herzerkrankung weltweit.

■ **SYMPTOME** Zu Beschwerden kommt es erst, wenn die Verengungen der Blutbahn so fortgeschritten sind, dass in einzelnen Herzmuskelabschnitten starker Sauerstoffmangel auftritt. Dadurch übersäuert das Gewebe, was bei Belastung Schmerzen im Brustbereich verursacht: Angina pectoris. „In der Maximalvariante ist das Symptom der Herzinfarkt“, so Experte Daichendt. Atemnot, die den Verdacht oft zuerst auf die Lunge lenkt, ist ein häufiges Symptom, auch Schlappeheit, die manchmal zunächst mit einer Depression verwechselt wird.

■ **URSACHEN** Die häufigste Ursache einer KHK ist die Arteriosklerose (Gefäßverkalkung), die die haarfeinen Herzkranzgefäße, die Koronarien, stellenweise verdickt. Der Blutfluss in den betroffenen Arterien nimmt dann stark ab.

■ **BEHANDLUNG** Heilen lässt sich die KHK nicht. Die Behandlung zielt darauf ab, einen Herzinfarkt zu verhindern. Blutgerinnungshemmer verhindern, dass sich weitere Plaque in den Gefäßen absetzt. Mit einer Herzkatheterbehandlung und dem Einsetzen von Stents lassen sich verengte Gefäße öffnen, manchmal ist auch eine Bypass-Operation nötig. Ein gesunder Lebensstil für gute Blutwerte ist wichtig.

Das Herz im Blick: Die feinen Adern um den Herzmuskel können verkalken



Dauernd beim Arzt: Wer chronisch krank ist, muss regelmäßig zur Kontrolle



Chronisch krank

Arrhythmie (Herzrhythmusstörung)

Das Herz bestimmt den Takt unseres Lebens. Ist alles in Ordnung, bemerken wir es gar nicht. Unter Ruhebedingungen schlägt es normalerweise etwa 60- bis 80-mal pro Minute.

■ **SYMPTOME** Manche Formen bleiben symptomlos. Bei Störungen im Sinusrhythmus schlägt das Herz langsamer. Das Vorhofflimmern verursacht meist Herzstolpern und Atemnot, was Angstgefühle auslösen kann.

■ **URSACHEN** Zurückliegende Infektionen wie Grippe oder ein Virus können Arrhythmien verursachen. Auch begleiten sie oft eine koronare Herzkrankheit.

■ **BEHANDLUNG** Sie ist nicht bei allen Formen nötig. Medikamente können die Herzaktivität normalisieren. Bei der Ablation wird das Gewebe, das als Ausgangspunkt der Störung ermittelt wurde, mit Hitze oder Kälte verödet, sodass es keine Erregung mehr weiterleitet. Bei Leistungsminderung durch zu langsamen Puls ist ein Herzschrittmacher nötig.

Herzinsuffizienz (Herzschwäche)

Herzschwäche ist eine der häufigsten Todesursachen. Rund zwei Millionen Deutsche leiden daran. „Symptome treten anfangs nur bei Belastung auf, doch es ist keine Lösung, dann einfach den Lift statt Treppe zu nehmen“, sagt Prof. Daichendt, „denn unbehandelt schreitet die Krankheit fort.“

■ **SYMPTOME** Im Frühstadium ohne Symptome, später kommt es unter mittlerer, dann auch schon leichter Belastung zu Leistungsschwäche. Für manche Patienten fühlt es sich wie eine Muskelschwäche an.

■ **URSACHEN** Alter und jahrelanger Bluthochdruck kommen bei der Herzinsuffizienz oft zusammen. Auch eine koronare Herzkrankheit kann verantwortlich sein.



ZENTRALORGAN
Vor allem Probleme am Herzen werden als bedrohlich empfunden

■ **BEHANDLUNG** Je eher eine Insuffizienz entdeckt wird, desto besser kann ihr Fortschreiten gebremst werden. Medikamentös wird mit ACE-Hemmern, Betablockern und Diuretika – sogenannten „Wassertabletten“ – gegen Ödeme gearbeitet. Letztere bewirken eine rasche symptomatische Besserung bei allen Graden der Herzinsuffizienz. Luftnot und Ödeme bilden sich relativ schnell zurück, auch die Belastbarkeit wird gesteigert. Für viele Patienten bedeutet das eine verbesserte Lebensqualität. Auf die Langzeitprognose, d. h. die Sterblichkeit, hat das allerdings keinen Einfluss. Die Herztransplantation ist bei schwerster Herzinsuffizienz die letzte, aber etablierte Therapieform.

Kopf

Demenz, Migräne, Tinnitus:
Solche Leiden können das
Leben erheblich einschränken



URSACHENREICH
Bei Kopfschmerzen werden meist mehrere Auslöser gefunden

Kopfschmerzen und Migräne

Rund zehn Prozent der Bevölkerung haben Migräne, doch nur jeder Zweite weiß von seiner Krankheit. Nach wie vor deuten viele Ärzte die Symptome nicht richtig.

■ **SYMPTOME** Der **Spannungskopfschmerz** fühlt sich drückend und dumpf an – wie ein enger Helm. „Er tritt fast immer beidseitig und mit schwacher bis mittlerer Intensität auf“, erklärt Prof. Daichendt, „häufig bessert er sich durch körperliche Bewegung und Aktivität.“ Anders bei der **Migräne**: Ihr Schmerz ist pulsierend,

grell, hämmernd und auf eine Kopfseite beschränkt. Während eines Anfalls besteht oft Empfindlichkeit gegen Licht, Lärm und Gerüche. Häufig kommt es zu Übelkeit. Bewegung verstärkt die Beschwerden, besonders Bücken. Ab und zu geht eine sogenannte Aura voraus: flimmernde Figuren oder Linien, Blickfeldeinschränkungen, Schwindel oder Sprachstörungen. Als chronisch gelten Spannungskopfschmerzen, wenn sie an mehr als 15 Tagen im Monat oder 180 Tagen im Jahr wiederkehren.



Chronisch krank

■ **URSACHEN Spannungskopfschmerz** kann körperliche Ursachen haben wie erhöhten Blutdruck, eine Stoffwechselstörung, Entzündung der Nasennebenhöhlen oder Funktionsstörungen im Kieferbereich. In den meisten Fällen ist er jedoch die Folge von Stress. Dadurch kann sich der Hirnstoffwechsel verändern, der Botenstoff Serotonin wird verstärkt abgebaut. Das Gehirn empfängt dann mehr Schmerzsignale als nötig. Bei **Migräne** fördern individuelle Auslöser die Anfälle. Etwa hormonelle Schwankungen, Stress oder Veränderungen bei Schlafrythmus, Wetter oder Essenszeiten.

■ **BEHANDLUNG** Als Prävention bewährt haben sich Entspannungsmethoden wie Yoga, progressive Muskelrelaxation nach Jacobson, Tai-Chi oder autogenes Training. Bei Attacken können Schmerzmittel lindern. Entscheidend ist, sie zu Beginn einer Attacke und in ausreichender Dosierung einzunehmen. Andernfalls entstehen durch das Dauerfeuer im Gehirn Schmerz-Autobahnen. Bei chronischem Spannungskopfschmerz helfen oft Antidepressiva. Bei starker Migräne Triptane, die die Weite der Hirngefäße beeinflussen. Tritt Migräne mehr als dreimal im Monat auf, kann der Arzt eine Dauermedikation mit Betablockern oder Valproinsäure verordnen.

Alzheimer & degenerative Demenz

Demenz ist eine der häufigsten Krankheiten im Alter: Der Verlust der geistigen Leistungsfähigkeit und das quälende Verlöschen der Persönlichkeit betreffen weltweit mehr als 47 Millionen

Menschen. Weit über die Hälfte der Demenzkranken haben Alzheimer. Jedes Jahr erkranken in Deutschland mehr als 300.000 Menschen an dieser unaufhaltsamen Störung des Gehirns.

■ **SYMPTOME** Probleme bei der Bewältigung des Alltags können ein Hinweis sein. Etwa Schwierigkeiten bei gewohnten Abläufen oder Handgriffen, Sprachstörungen, zunehmende Orientierungslosigkeit. Häufige Erinnerungslücken oder Angst vor Änderungen im Tagesablauf oder neuen Wegen sind weitere Anzeichen.

■ **URSACHEN** Mehr als 60 Prozent der Demenzfälle gehen auf Veränderungen im Gehirn zurück. Der Stoffwechsel des Gehirns kann mittels MRT- und PET-Technik untersucht werden, so mehren sich die Chancen, die Erkrankung rechtzeitig zu diagnostizieren.

■ **BEHANDLUNG** Alzheimer gilt bisher als nicht heilbar. Sogenannte Antidementiva können den Krankheitsverlauf verzögern, etwa Acetylcholinesterase-Hemmer, die dem Mangel am wichtigen Botenstoff Acetylcholin entgegenwirken. Sie lindern allerdings nur die Symptome. Außerdem kommen Ergotherapie, Bewegungs- oder Kunst- und Musiktherapie zum Einsatz. Die Krankheit ist vielschichtig, daher setzt eine Therapie an mehreren Punkten an.

Schwerhörigkeit & Tinnitus

Schwerhörigkeit gehört zu den häufigsten chronischen Erkrankungen. Weltweit sind laut Weltgesundheitsorganisation rund sechs Prozent der Menschen betroffen, vor allem in Großstädten. Etwa drei Millionen Deutsche leiden wiederum an einem chronischen Pfeifen im Ohr, dem Tinnitus.

■ **SYMPTOME** Zunächst bedeutet Schwerhörigkeit meist, dass die Hörfähigkeit nur in bestimmten Frequenzen schlechter geworden ist. Die oberen Bereiche verschwinden als Erstes. „Wer keine hohen Töne mehr hört, nimmt Spra-

che ungenauer wahr“, erklärt Prof. Daichendt. Der Betroffene hat den Eindruck, alle würden nuscheln. Tinnitus macht sich bemerkbar durch störende Ohrgeräusche, etwa ein Pfeifen.

■ **URSACHEN** Der größte Feind des Ohrs ist Lärm: Lautstärken über 85 Dezibel (entspricht einer Hauptverkehrsstraße) sind schädlich. Lärm überfordert das Gehör: Winzige Härchen im Innenohr, die Geräuschsignale an das Gehirn übertragen, werden verbogen, brechen, sterben ab. Oft Auslöser für chronischen Tinnitus: Stress, aber auch Ohrentzündungen.

■ **BEHANDLUNG** Schwerhörigkeit lässt sich nicht behandeln, aber es gibt Hilfsmittel für den Alltag, vom Hörgerät bis zum Vibrationsempfänger am Handgelenk für die Türklingel. Bei chronischem Tinnitus kommen mehrere Maßnahmen zum Einsatz, auch Stressbewältigungsprogramme und Tinnitus-Counseling. Bei der Hörberatung wird der eigene Umgang mit Musik und Lärm analysiert. Noch experimentell sind Neurostimulationstechniken und ärztliche Osteopathie, wenn der Tinnitus von Fehlbelastungen des Kiefergelenks kommt.



ZUSAMMENSPIEL
Bei Tinnitus sind immer mehrere Maßnahmen in die Therapie involviert

„Jeder dritte EU-Bürger leidet an einer chronischen Krankheit.“

Mein Rezept gegen Vergesslichkeit*!

120 mg (30 Filmtabl.) PZN: 10963231

Hilft dem Gedächtnis auf die Sprünge: Doppelherz system GINKGO

- Rezeptfreies **Arzneimittel** bei altersbedingter **Vergesslichkeit*** und **Gedächtnisstörungen***
- Mit **120 mg** oder **240 mg** Ginkgo-biloba-Blätter Trockenextrakt

Doppelherz system

NUR IN DER APOTHEKE

*Zur Verbesserung einer altersbedingten kognitiven Beeinträchtigung und der Lebensqualität bei leichter Demenz

Doppelherz Ginkgo 120 mg/240 mg Filmtabletten. Für Erwachsene. Wirkstoff: Ginkgo-biloba-Blätter Trockenextrakt. Anwendungsgebiete: Pflanzliches Arzneimittel zur Verbesserung einer altersbedingten kognitiven Beeinträchtigung und der Lebensqualität bei leichter Demenz. Warnhinweise: Enthält Lactose und Glucose. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Stand 07/2018

Knochen & Gelenke

Sie sollen uns beweglich machen, doch manchmal machen sie Probleme und schränken uns sogar ein



„Jede vierte Frau über 50 Jahren hat Osteoporose – oft unerkannt.“

ZERKNIRSCHT
Knochen können sogar unbemerkt brechen, z. B. an den Wirbeln

Osteoporose (Knochenschwund)

Der Verlust von Knochenmasse und -dichte kennzeichnet die Osteoporose. Jedes Jahr erkranken 885.000 Menschen in Deutschland neu daran – eine Volkskrankheit. Gibt es keine Risikofaktoren außer dem Alter, empfehlen die neuesten Leitlinien die Knochendichtemessung für Frauen ab 50 und Männer ab 55 Jahren.

■ **SYMPTOME** Im frühen und mittleren Stadium meist symptomlos. „Der Verlust findet stumm statt“, berichtet Prof. Daichendt, der einen Facharzttitel in Osteopathie hat. Es gibt keinen Knochenschmerz – wer mit dem in die Praxis kommt, hat meist Rheuma. Erst wenn der Knochen bricht, wird Osteoporose sichtbar. „Ein Verlust an Körpergröße ist das häufigste Symptom. Sogenannte Sinterungsfrakturen verkleinern dabei einen oder mehrere Wirbel“, erklärt Prof. Daichendt. Meist ist die Diagnose ein Nebenbefund einer Röntgenaufnahme wegen Rückenbeschwerden.

■ **URSACHEN** Die häufigste Form ist die primäre Osteoporose, die alters- und hormonbedingt entsteht, auch Ernährung und Genetik spielen eine Rolle. Bei der sekundären Form ist Osteoporose nur das Symptom einer anderen Erkrankung. Da kommen Diabetes, rheumatische Erkrankungen, Hormonstörungen an Nebenschilddrüsen oder Nierenstoffwechselstörungen als Hintergrund infrage.

■ **BEHANDLUNG** „Nicht jede Osteoporose muss gleich medikamentös behandelt werden“,

beruhigt Prof. Daichendt. Die Einnahme von Kalzium und insbesondere von Vitamin D kann bei älteren Menschen die Frakturrate deutlich senken. Auch Krafttraining stärkt die Knochen.

„An Medikamenten stehen gegen den Knochenabbau Bisphosphonate und neue Wirkstoffgruppen, sogenannte Antikörper, zur Verfügung. Auch mit bioidentischen Hormonen kann etwas erreicht werden“, so Prof. Daichendt. Die stärkste Wirkstoffgruppe sind Osteoanabolika, die den Knochenaufbau begünstigen. „Sie sollten aber nur in hohem Alter und bei hochgradiger Osteoporose eingesetzt werden“, schränkt der Spezialist ein.

HWS-Syndrom & Rückenschmerzen

Den Begriff „Syndrom“ verwenden Mediziner als Gebrauchsdiagnose – er kennzeichnet eine Zusammenfassung mehrerer Symptome, etwa beim Halswirbelsäulen-Syndrom, das eine schmerzhafte Bewegungseinschränkung der Halswirbelsäule beschreibt.

■ **SYMPTOME** Typisch für ein HWS-Syndrom sind Nackenschmerzen, die oft in die Arme oder den Kopf ausstrahlen. Gleichzeitig lassen sich Verspannungen und Verhärtungen in der angrenzenden Muskulatur feststellen. „Schwindel gehört nicht zu den Symptomen“, ergänzt Prof. Daichendt. „Kommt er hinzu, gibt es eine andere Grundproblematik.“

■ **URSACHEN** Bei chronischen Rückenschmerzen gibt es keine klare Ursachen-Wir-

WISSEN & VERSTEHEN





Chronisch krank

kungs-Beziehung. „Fachlich handelt es sich um Blockierungen“, so Prof. Daichendt, „da ist aber nichts ausgerechnet, sondern das passiert auf Rückenmarks-Ebene, sozusagen in der Software, nicht bei der Hardware.“ Zwar gibt es oft einen klaren Auslöser („ich habe mich verhoven“), aber der Schmerz ist in der Regel auf eine Mischung von verschiedenen Befunden zurückzuführen, z. B. eine hohe Muskelspannung durch Stress kombiniert mit einer geschwächten Muskulatur, die die Wirbelsäule nicht ausreichend stützt, und einer Überlastung der Zwischenwirbelgelenke.

■ **BEHANDLUNG** Bei chronischen Rückenschmerzen steht eine breite Palette zur Verfügung. Manuelle Therapien können ebenso helfen wie Anwendungen mit Wärme und Reizstrom beim Physiotherapeuten. Die Injektion von auf die Nerven wirkenden Medikamenten nimmt den Schmerz aus der Muskulatur. Auch möglich: Einsatz von Bandscheibenprothesen, die die Beweglichkeit erhalten.

Entzündliche Rheumaerkrankung

Die rheumatoide Arthritis ist die häufigste Form unter den entzündlichen Rheumaerkrankungen. Unter einer solchen leiden 1,5 Millionen Deutsche. Meist tritt die Krankheit zwischen dem 40. und 60. Lebensjahr auf. Heilbar ist Rheuma nicht, kann aber mit moderner Medikation zum Stillstand gebracht werden.

■ **SYMPTOME** Schmerzhafte Gelenkentzündungen und Steifheit bis zu Verformungen an Finger- und Fußgelenken, im späteren Verlauf auch an den Schultern. Selten an Knie oder Hüfte. Typisch ist, dass meist symmetrische Gelenke betroffen sind, also etwa beide Hände.

■ **URSACHEN** Beim Rheuma greifen Abwehrstoffe des Immunsystems körpereigenes Gewebe an. „Die Deformierung entsteht dadurch, dass Weichteile an Gelenken zugrunde gehen, durch Fehlstellungen und fehlerhafte Knochenneubildungen“, so Prof. Daichendt. Die genetische Veranlagung spielt eine große Rolle: Ist ein

Familienmitglied erkrankt, erhöht sich das Risiko, dass Verwandte ebenfalls betroffen sind, um ein Vielfaches. Schädliche Umwelteinflüsse wie Rauchen vergrößern das Risiko ebenfalls.

■ **BEHANDLUNG** Abhängig von der Art gibt es unterschiedliche Medikamentengruppen. „Die neuesten und besten sind TNF-alpha-Blocker. Sie blockieren den Entzündungsbotenstoff, bringen Beweglichkeit zurück, und man kann sie dauerhaft nehmen“, so Prof. Dietmar Daichendt.

Arthrose am Gelenk

Arthrose ist die häufigste Gelenkerkrankung weltweit. Fünf Millionen Deutsche leiden daran.

■ **SYMPTOME** Schmerzen bei Belastung. Alle Gelenke können betroffen sein, häufig: Knie und Hüfte. In den Füßen ist eine Arthrose selten.

■ **URSACHEN** Die degenerative Gelenkerkrankung entsteht als Folge einer chronischen Fehlbelastung oder Überbelastung. Zunächst lösen sich die Weichteile, etwa der Meniskus im Kniegelenk. Irgendwann fehlt der Puffer zwischen Ober- und Unterschenkelknochen, es kommt zu Schmerzen, weil Knochen auf Knochen reibt. Entzündungen können entstehen.

■ **BEHANDLUNG** Im frühen Stadium konservativ mit regelmäßiger Bewegung, Gewichtsabbau, Moorpackungen, Bädern, Massagen und Physiotherapie. Schmerzmittel und je nach Befund auch Entzündungshemmer sowie Injektionen mit Hyaluronsäure können durchaus schon Abhilfe bringen. Auch Gelenkspülungen mit einer Kochsalzlösung (Lavage) oder die Glättung rauer Knorpeloberflächen (Débridement) sind möglich und werden meist im Rahmen einer Gelenkspiegelung (Arthroskopie) durchgeführt. Als Operationen gibt es beim Knie sogenannte Schlittenprothesen. Totalendprothesen haben den Vorteil, dass etwa die Bein- stellung mit ihnen korrigiert werden kann. Ganz wichtig: Operationen können immer nur das letzte Mittel sein, wenn andere Therapieoptionen nicht mehr greifen sollten.

„Wann ist der richtige Zeitpunkt für eine Knieprothese?“



FIX REAGIEREN
Gegen Arthrose im Frühstadium wirkt schon sanfte Therapie



Zum Glück gibt's Rhus von DHU!

Für mehr Bewegungsfreiheit bei rheumatischen Beschwerden

- Als Tablette für den ganzen Stütz- und Bewegungsapparat
- Neu als Gel speziell für Gelenkbeschwerden

Raus aus den Schmerzen



Gesundheit erfahren.

Rhus toxicodendron D6 DHU. Enthält Lactose und Weizenstärke. Packungsbeilage beachten! **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete entsprechen dem homöopathischen Arzneimittelbild. Dazu gehören: Rheumatische Schmerzen in Knochen, Knochenhaut und Gelenken, Sehnen und Muskeln. **DHU Rhus comp. Gel.** Enthält 15 Vol.-% Alkohol. Packungsbeilage beachten! **Anwendungsgebiete:** Die Anwendungsgebiete leiten sich von den homöopathischen Arzneimittelbildern ab. Dazu gehören: Rheumatische Schmerzen in den Gelenken. Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker. Deutsche Homöopathie-Union, 76202 Karlsruhe. hom_rtg_1_0220_EV

NEU



Merkzettel für die Apotheke

Rhus toxicodendron D6 DHU · PZN 12608698
DHU Rhus comp. Gel 50g · PZN 15528824

Immun- system

und Stoffwechsel können
durcheinandergeraten oder
überreagieren



Reizdarm- Syndrom

Schätzungsweise 15 Prozent der Deutschen leiden daran, man kann von einer Volkskrankheit sprechen. Reizdarm ist aber auch eine häufig fälschlicherweise gestellte Diagnose.

■ **SYMPTOME** Zu den Hauptsymptomen gehören Bauchschmerzen über drei Monate hinweg, meist begleitet von Durchfall, aber auch Verstopfung. „Oft wird die Diagnose zu früh gestellt, und in Wirklichkeit liegt eine Nahrungsmittelunverträglichkeit vor“, so Prof. Daichendt. Typisch ist auch das Gefühl, dass sich der Darm nicht vollständig entleert. Unter Stress treten die Symptome deutlich stärker auf.

■ **URSACHEN** Eine Funktionsstörung der Abläufe im vegetativen Nervensystem verursacht die Beschwerden, hinzu kommen vermutlich vermehrte Serotoninrezeptoren im Darm, der dadurch empfindlich auf Reize reagiert. Auch die individuelle Bakterienbesiedlung, das Mikrobiom, spielt eine Rolle. „Reizdarmpatienten haben eine besondere nervliche Ausrichtung“, so Prof. Daichendt, „aber das kann eine bereichernde Komponente sein – es sollte nicht dazu führen, dass sie nicht mehr auf ihr Bauchgefühl hören.“

■ **BEHANDLUNG** „Bei einem echten Reizdarm helfen Antidepressiva“, erklärt Prof. Daichendt, „weil sie auf die Serotoninrezeptoren im Darm wirken. Steckt eine Nahrungsmittelunverträglichkeit dahinter, spricht der Darm auf die Mittel nicht an.“ Zur Linderung von akuten Beschwerden wie Blähungen, Völlegefühl und Bauchkrämpfen hat sich die hoch dosierte Kombination aus den ätherischen Ölen der Pfefferminze und des Kümmels bewährt. Die gute Wirksamkeit und Verträglichkeit wurde in mehreren Stu-

WISSEN & VERSTEHEN



GRUMMELN

Zwölf Millionen sind in
Deutschland von
Reizdarm betroffen

dien nachgewiesen, etwa von der australischen Universität in Brisbane. Wichtig ist die Darreichung in Kapselform, denn so kommen die Inhaltsstoffe im Dünndarm unverseht an und können ihre Wirkung entfalten.

Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)

Weltweit leiden schon mehr als 400 Millionen Menschen an der chronischen Stoffwechselerkrankung. In Deutschland jeder Zehnte. Ein bis zwei Millionen Menschen sind zuckerkrank und wissen es nicht! Bleibt die Krankheit unbehandelt, kommt es zu Schäden an Nerven, Blutgefäßen und Organen wie Herz, Augen und Nieren.

■ **SYMPTOME** Häufiger starker Harndrang sowie ständiges Durstgefühl sind Alarmsignale. Stillere Symptome sind Müdigkeit, trockene Haut und Infektneigung.

■ **URSACHEN** Ein Lebensstil mit zu viel ungesundem Essen bei zu wenig Bewegung führt durch verschiedene Mechanismen dazu, dass der Glukosegehalt im Blut dauerhaft zu hoch ist. Das führt bei entsprechender genetischer Veranlagung zu einer Insulinresistenz. Der Typ-2-Diabetes ist der weitaus häufigste. Beim selteneren Typ-1-Diabetes fehlt es dagegen an Insulin produzierenden Zellen in der Bauchspeicheldrüse. >

MomeAllerg[®] NASENSPRAY

Richtig gut bei Pollenflug!



MomeAllerg[®] Nasenspray. Bei allergischem Schnupfen.

- ✿ Bei Heuschnupfen
- ✿ Nur 1 Anwendung pro Tag
- ✿ Kein Gewöhnungseffekt
- ✿ Macht nicht müde

Mehr Infos unter: www.momeallerg.de

GAL022000Z | BSD-WERBEMATERIALIEN

MomeAllerg 50 Mikrogramm/Sprühstoß Nasenspray, Suspension
Wirkstoff: Mometasonfuroat (Ph.Eur.) • **Anwendungsgebiete:** MomeAllerg wird bei Erwachsenen zur symptomatischen Behandlung der Beschwerden eines Heuschnupfens (saisonale allergische Rhinitis), nach der Erstdiagnose eines Heuschnupfens (saisonale allergische Rhinitis) durch einen Arzt, angewendet. Heuschnupfen, der zu bestimmten Zeiten im Jahr auftritt, ist eine allergische Reaktion, die durch das Einatmen von Pollen von Bäumen, Gräsern und auch Schimmel und Pilzsporen hervorgerufen wird. MomeAllerg vermindert die Schwellung und Reizung in Ihrer Nase und lindert dadurch Niesen, Jucken und eine verstopfte oder laufende Nase, die durch Heuschnupfen hervorgerufen wurden. • **Warnhinweise:** Enthält Benzalkoniumchlorid, das eine Reizung oder Schwellung der Nasenschleimhaut hervorrufen kann, insb. bei längerer Anwendung. • **Stand:** November 2019 • **Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker.** • GALENpharma GmbH, Wittland 13, 24109 Kiel, Tel.: (0431) 58518-0, Fax: (0431) 58518-20

GALEN

GROSSER ÜBERBLICK Chronisch krank

■ **BEHANDLUNG** Zur Behandlung des Typ-2-Diabetes genügen zu Beginn meist Abnehmen, Sport und Tabletten (Metformin). Erst wenn nach längerer Erkrankungsdauer die Insulinproduktion versiegt, müssen Patienten mit Typ-2-Diabetes Insulin spritzen. Wer Typ-1-Diabetes hat, muss von Anfang an Insulin spritzen und kann mit seinem Lebensstil die Krankheit nicht beeinflussen.

Allergien (Überempfindlichkeit)

Fast jeden dritten Deutschen trifft im Laufe seines Lebens eine Allergie. Am weitesten verbreitet ist die Überempfindlichkeit gegen Gräser und Pollen, die sich als Heuschnupfen äußert.

■ **SYMPTOME** Rötungen, Juckreiz, Quaddeln, Schwellungen an den Schleimhäuten mit laufender Nase und Augenbrennen. Auch Gefäßentzündungen kommen vor. Bei Allergien gegen

Medikamente kann es zu Schäden an Blutzellen, Knochenmark oder Schilddrüse kommen.

■ **URSACHEN** „Allergien sind ein Irrlauf des Immunsystems“, klärt Prof. Daichendt auf. „Die neuere Auffassung sieht sie als Folge eines unterbeschäftigten Immunsystems“, so der Allgemeinmediziner. Eine mangelnde immunologische Prägung in der Kindheit durch zu große Reinlichkeit scheint die Bereitschaft zu allergischen Reaktionen zu fördern.

■ **BEHANDLUNG** Das erste Gebot bei jeder Überempfindlichkeit ist, die Allergene zu meiden. Symptomatisch helfen Antihistaminika. „Sie machen heute nicht mehr müde“, sagt Prof. Daichendt. Medikamente wie Kortison oder Adrenalin bremsen die Immunreaktion im allergischen Notfall. „Ein modernes Naturheilverfahren ist die mikrobiologische Therapie, bei der man dem Immunsystem potenziell krankheits-erregende Stoffe in Bakterienform gibt, ähnlich der Immunlenkung bei der Impfung.“

VERSTECKT
Eine Allergie kann sich auch in Verdauungsbeschwerden äußern



Calcium trinken.



www.steinsieker.de



Calcium für jeden Tag – mit Steinsieker Mineralwasser

- + **Ausreichend Flüssigkeit – mit dem Plus an Calcium**
Täglich mindestens 2 Liter Wasser sind gut für Gesundheit und Wohlbefinden. Mit Steinsieker Mineralwasser wird daraus ein Plus an wertvollem Calcium.
- + **Steinsieker Mineralwasser – bestens versorgt mit natürlichem Calcium**
Schon 2 Flaschen Steinsieker Mineralwasser decken den täglichen Calciumbedarf eines Erwachsenen – auf ganz natürliche Weise und ohne Kalorien.
- + **Calcium in Steinsieker – die Verfügbarkeit entscheidet!**
Calcium in Mineralwasser liegt in gelöster Form vor und wird daher vom Körper ebenso gut aufgenommen wie aus Milch – perfekt auch für Diabetiker, da kohlenhydratfrei.
- + **Calcium trinken für starke Knochen**
Calcium ist wichtig für die Stabilität der Knochen. Steinsieker Mineralwasser ist der ideale Calciumlieferant – für jedes Alter.

Fragen und Anregungen: 02633/29342 oder unter www.steinsieker.de

Nerven

Dauernde Schmerzen und Depression führen schnell in die soziale Isolation



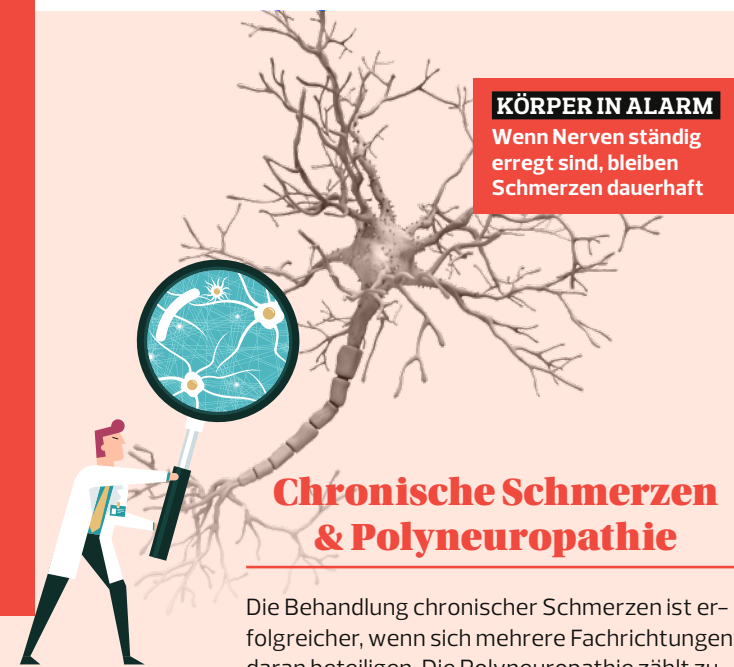
Depressive Störungen

Bei älteren Menschen sind Depressionen die häufigste psychische Erkrankung. Von den über 70-Jährigen sind etwa 15 Prozent betroffen. Depressive Störungen im Alter führen zu einer Minderung der Alltagskompetenz. Zudem beeinflussen sie das Erkrankungsrisiko und den Verlauf körperlicher Erkrankungen ungünstig.

■ **SYMPTOME** Traurigkeit und Lustlosigkeit, Schlafstörungen, Konzentrationsschwierigkeiten, Schuldgefühle. Hält der Zustand über 14 Tage an, kann von einer Depression ausgegangen werden. Die depressive Verstimmung ist die leichtere Form, die fast jeder einmal im Leben kennenlernt. Auch sie kann aber über Monate andauern. „Aber dann geht es bergauf“, so Prof. Daichendt. Wer durch permanente Überlastung depressiv verstimmt ist, der ist anfällig für das sogenannte Burn-out.

■ **URSACHEN** Häufig führen bestimmte Lebensereignisse zu einer reaktiven Depression, etwa Trauer. Die endogene Depression betrifft auch junge Patienten, hier liegen Transmitterstörungen zugrunde. Auch eine Demenz mündet häufig in Depression.

■ **BEHANDLUNG** Die Behandlung mit Antidepressiva steht an erster Stelle. Bei beiden Formen der Depression setzen Medikamente an den Neurotransmittern an und sorgen dafür, dass die Botenstoffe Serotonin und Noradrenalin länger im synaptischen Spalt bleiben. Psychotherapeutische Verfahren wie die kognitive Verhaltenstherapie haben ebenfalls ihren festen Platz bei der Behandlung. „Zusätzlich zeigen andere Therapieformen wie Ordnungs- und Bewegungstherapien gute Erfolge“, so Prof. Daichendt (s. „Wege aus der Depression“ S. 50).



KÖRPER IN ALARM
Wenn Nerven ständig erregt sind, bleiben Schmerzen dauerhaft

Chronische Schmerzen & Polyneuropathie

Die Behandlung chronischer Schmerzen ist erfolgreicher, wenn sich mehrere Fachrichtungen daran beteiligen. Die Polyneuropathie zählt zu den häufigsten neurologischen Erkrankungen, jeder Zwanzigste in Deutschland leidet daran.

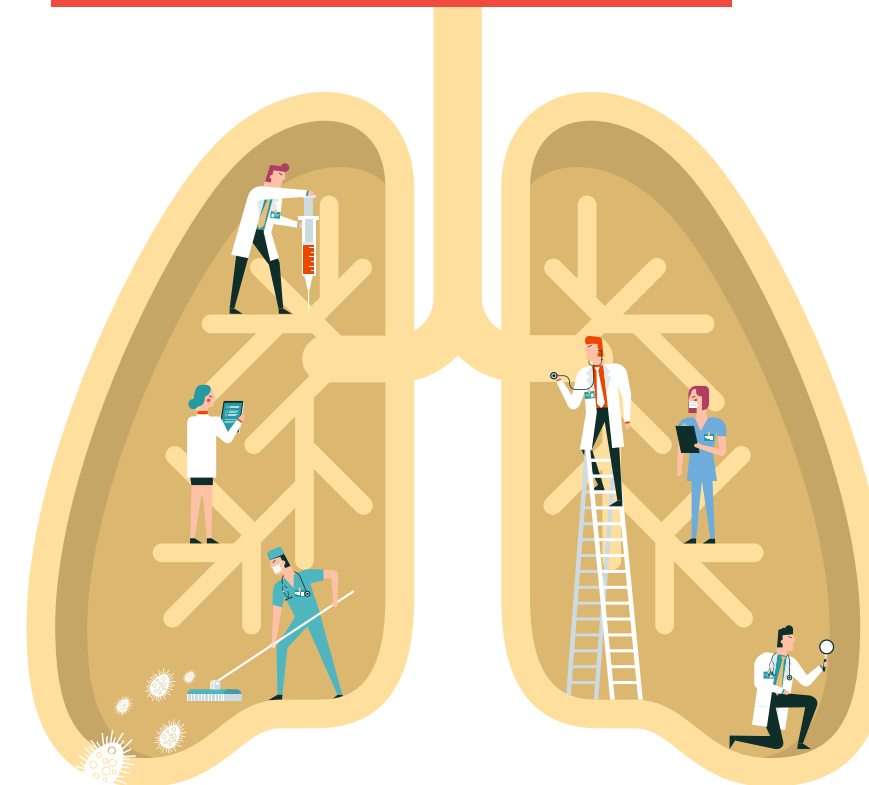
■ **SYMPTOME** Starke Schmerzen und Bewegungseinschränkungen an mehreren Körperstellen. Dazu kommt der soziale Rückzug und in der Folge häufig eine reaktive Depression. Die gestörte Schmerzwahrnehmung führt zu einer sinkenden Schmerzschwelle. Bei der Polyneuropathie fehlt der Schmerz, Missempfindungen an Füßen, Beinen oder Händen stehen im Vordergrund. Etwa das ständige Gefühl, eiskalte Füße zu haben, Brennen oder Taubheit.

■ **URSACHEN** Innere, neurologische oder orthopädische Erkrankungen stehen oft am Beginn. Unbehandelte Schmerzen können sich verselbstständigen und eine eigene Krankheitsbedeutung bekommen. „Ursache sind Neurotransmitterverschiebungen im Nervensystem zuungunsten der Schmerzempfindung“, so Prof. Daichendt. Die Polyneuropathie ist häufig Folge einer lange unbehandelten Diabetes oder jahrelangen Alkoholmissbrauchs.

■ **BEHANDLUNG** „Im Vordergrund steht die Schmerztherapie, wenn die auslösende Erkrankung nicht behandelt werden kann oder nicht bekannt ist“, so Prof. Daichendt. In Kliniken setzt die sogenannte multimodale Schmerztherapie an mehreren Punkten an. Vor einer begleitenden Depression schützen Antidepressiva. „In der ambulanten Therapie sind rezeptpflichtige Pflaster modern, die über die Haut wirken“, so Prof. Daichendt. Ziel der Therapie ist aber auch, wegzukommen von der Suche nach der Schmerzsache – die ständige Konzentration auf den Schmerz führt zu mehr Schmerzen. Stattdessen müssen Patienten oft Veränderungen in ihrem Leben erarbeiten. Bei der Polyneuropathie wird die zugrunde liegende Krankheit behandelt, Symptome bessern sich oft, wenn etwa der Alkohol weggelassen wird.

Atemwege

Wenn feinste Flimmerhärchen und kleine Muskeln an den Bronchien den Dienst versagen



EINGEENGT
Sind die Bronchien entzündet, kommt es zu Luftnot und Hustenreiz

Asthma bronchiale

Die chronisch wiederkehrende Anfallserkrankung ist die häufigste chronische Erkrankung im Kindesalter, doch auch sieben Prozent der Erwachsenen sind betroffen.

■ **SYMPTOME** Typisch sind pfeifende Atmung, Husten, Engegefühl in der Brust, Kurzatmigkeit und Luftnot. Häufig treten die Beschwerden nachts und in den frühen Morgenstunden auf.

■ **URSACHEN** Am häufigsten ist Asthma eine allergische Erkrankung und trifft besonders Heuschnupfler. Die ständige Reizung und Entzündungsbotsstoffe halten die Bronchien in Alarmbereitschaft. Tritt ein Auslöser hinzu,

„Raucher entwickeln oft eine chronische Bronchitis.“

krampft die Bronchialmuskulatur. Auch Rauchen führt oft zu Asthma.

■ **BEHANDLUNG** Für die Dauertherapie gibt es Sprays mit Kortison, die Entzündungen bekämpfen, sowie Sympathomimetika und Tabletten etwa mit Ephedrin, die die Bronchien erweitern.

Chronische Bronchitis

90 Prozent der Patienten sind Raucher oder Ex-Raucher. „Unbehandelt schreitet die Erkrankung fort, Leistungsabfall und Atemnot folgen“, warnt Prof. Daichendt.

■ **SYMPTOME** Ständiges Räuspern und Husten besonders morgens ist ein typisches Anzeichen für die vermehrte Schleimbildung.

■ **URSACHEN** Durch einen chronifizierten Infekt oder eine allergische Erkrankung kann es zur dauerhaften Entzündung der Bronchialschleimhaut kommen. Hauptgrund ist jedoch das Rauchen. „Die Stoffe verkleben Flimmerhärchen, die ihre Bewegung zum Abtransport des Schleims nicht mehr ausführen können.“

■ **BEHANDLUNG** Therapeutisch stehen Bronchien erweiternde Medikamente und Schleimlöser zur Verfügung. Auch Atemübungen können hilfreich sein. Feinstaub, inhalative Allergene und Rauchen sollten Patienten auf alle Fälle meiden. „Das Flimmerepithel kann sich erholen“, macht Prof. Daichendt den Betroffenen Mut, „aber es kann unter Umständen Jahre dauern.“

Haut

Ausschlag, Jucken, Ekzeme:
Unser größtes Organ ist
besonders sensibel

Atopisches Ekzem (Neurodermitis)

Etwa vier Millionen Menschen in Deutschland leiden an Neurodermitis, einer chronisch-entzündlichen Hauterkrankung. „Medizinisch wird sie heute atopisches Ekzem genannt, weil der Begriff ‚neuro‘ nahelegt, dass die Beschwerden nervliche Ursachen haben, was aber inzwischen überholt ist“, erklärt Prof. Daichendt.

■ **SYMPTOME** Juckreiz mit Ekzem oder Ausschlag in Ellenbeugen, Kniekehlen, am Nacken oder an den Innenseiten der Handgelenke. Häufig Verschlechterung im Winter.

■ **URSACHEN** Zur genetisch bedingten Neigung des Immunsystems, sensibel zu reagieren, kommt eine gestörte Barrierefunktion der Haut, die sehr trocken und dadurch anfällig ist. Die Erkrankung geht einher mit weiteren Allergien.

■ **BEHANDLUNG** Kortisoncremes mindern Juckreiz und Entzündungen, allerdings nicht als Dauerlösung. Bei einer Klimatherapie am Meer oder im Hochgebirge kommt die Haut zur Ruhe. „Wer seine Kreuzallergien kennt, kann sein Hautbild verbessern“, so Prof. Daichendt. Oft verschlechtern Milcheiweiß oder Kiwi die Symptome. Nur in Unikliniken gibt es die PUVA-Therapie, bei der das Medikament Psoralen verabreicht und mit UV-A-Licht bestrahlt wird.

Psoriasis (Schuppenflechte)

An der Krankheit, die auch sehr sichtbar ist, leiden rund zwei Millionen Deutsche. Sie ist nicht nur eine Hauterkrankung, sondern kann auch Gelenke und andere Organe betreffen.

WISSEN & VERSTEHEN



TIEFGRÜNDIG
Was an der Oberfläche
zu sehen ist, hat seinen
Ursprung oft woanders

■ **SYMPTOME** Das Hautbild verändert sich schuppenartig an den Streckseiten der Extremitäten, meist Knie oder Ellenbogen, auch am Kopf. Die Stellen sind scharf begrenzt. Kann jucken. Kann die Behaarung zerstören. Die Autoimmunreaktion kann auch die Gelenke befallen, das äußert sich in rheumatischen Beschwerden an Fingern und Kniegelenken.

■ **URSACHEN** Genetisch bedingt durchlaufen die basalen Hautzellen den Zyklus schneller als üblich, dadurch kommen nicht verhornte Hautzellen an die Oberfläche.

■ **BEHANDLUNG** Der von Vitamin D abgeleitete Wirkstoff Tacrolimus verlängert die Durchlaufzeit der Hautzellen. Die PUVA-Therapie (siehe Atopisches Ekzem) und salzhaltige Luft bessern die Symptome. Auch Anwendungen und Mittel aus der Traditionellen Chinesischen Medizin (TCM) und dem Ayurveda können Abhilfe oder Linderung bringen. Dabei spielen Heilkräuter bei der innerlichen wie äußerlichen Behandlung eine zentrale Rolle.

FOTOS: S. 14-22: GETTY IMAGES (16); S. 16: STEFANNIMMESGERN



Asthma Bronchitis COPD Migräne
THERAPIEGERÄTE
Schlafapnoe Herzschwäche Wunde
Neuromuskulär Krebs

Shop: www.oxycare.eu

Alle Therapiegeräte dieser Anzeige sind verordnungsfähig.
Schicken Sie uns Ihr Rezept, wir erledigen alles Weitere - deutschlandweit !

● Beatmung mit COPD Modi

- prisma VENT 30/40/50/50-C von Löwenstein Medical **NEU**
- BIPAP A40 AVAPS-AE Trilogy 100/200 mit Modus AVAPS-AE und Zero-Flow von Philips Respironics

prisma VENT 50-C mit High-Flow-Modus 5-60 l/min



Interessante Informationen über NIV Beatmung bei COPD auf unserer Website www.oxycare-gmbh.de: Neuheiten/Beatmung+COPD Modi

● Schlafapnoe

CPAP/autoCPAP/BiLevelST z.B.:

- PrismaLine ● Dreamstation
- Transcend für die Reise extra klein und leicht nur 426 g
- Masken in großer Auswahl

Reisen mit CPAP: Transcend autoCPAP + Akku Paketpreis ab 840,00 €*

● LIMBO Dusch- und Badeschutz

Unbeschwert duschen trotz Gips oder Wunde

- Wiederverwendbar, langlebig
- Durch den Neoprenverschluss dehnbar und handlich

Anwendung: Verbände, Gips, Wunden, Kanülen etc.

ab 17,50 €



● Chronische Wunden Diabetischer Fuß • Amputationsvermeidung

● Wundheilung durch Sauerstoff mit dem O₂-TopiCare® Wundsystem

- Medizinisch zertifiziert
- Klinisch erprobt
- Inkl. Kompressionstherapie

Einfach zuhause anwendbar !



Neue Erkenntnisse!
Evidenzbasiert Grad 1B, EWMA document 2017; 26(5), Seite 14-22



● Bundesweiter Service:

- Schnelle Patientenversorgung
- 24h technischer Notdienst

OXYCARE Medical Group GmbH · Holzweide 6 · 28307 Bremen
FON 0421-48 996-6 · FAX 0421-48 996-99 · E-MAIL ocinf@oxycare.eu

● Sauerstoffversorgung

Stationär, mobil oder flüssig z.B.:

Auch als Notfall-Versorgung bei Migräne, Cluster-Kopfschmerz oder Asthma-Anfall

- SimplyGo bis 2 l/min Dauerflow
- SimplyGo Mini ab 2,3 kg
- Inogen One G3 HF ab 2,2 kg
- Inogen One G4, 4 Cell nur 1,27 kg
- Inogen One G5* ab 2,2 kg **NEU**
- iGO2 Drive Medical 2,2 kg
- Platinum Mobile POCI ab 2,2 kg

Shop-Preis Everflo: 535,00 €*

Miete ab 1 Woche möglich!

Inogen One G3 HF ab 2.498,00 €*

● Atemtherapiegeräte + Inhalation

NEU
● Pureneb AEROSONIC+ Inhalation mit 100 Hz Schall-Vibration

z.B. bei Nasennebenhöhlenentzündung

Erhöhte Medikamentendeposition durch vibrierende Schallwellen bei gleichzeitiger Behandlung beider Naseneingänge durch speziellen Nasenaufsatz **374,50 €***

● OxyHaler Membranvernebler Klein - leicht (88 g) - geräuschlos. Verneblung von NaCl bis Antibiotika möglich. Mit Li-Ionen-Akku. **Für unterwegs 174,50 €**

● Allegro Mit 3 Düsen für die oberen, mittleren und unteren Atemwege. **78,50 €**

● Salivent Feucht-warme Meersalz-Inhalation. Mit einzigartiger, patentierter Verneblung von mikro-feinen Partikeln bis in die tiefen Lungenareale. **85,70 €**

● Sami hochwirksamer Side-Stream-Vernebler **Shop-Preis 89,50 €**

GeloMuc/Quake/Acapella PowerBreathe Medic RespiPro/RC-CornetPlus Spacer/Peak-Flow-Meter **Shop-Preis 61,40 €**

Shop-Preis 61,40 €

Preisänderungen / Druckfehler vorbehalten - Abb. können abweichen

* solange Vorrat reicht