

Operation trotz „Blutverdünnung“?

Hubert D.: „Ich bin 58 und hatte vor sechs Jahren einen Herzinfarkt. Seither muss ich mein Blut mit ThromboAss verdünnen. Mein aktuelles Problem: Ich leide unter müden, schweren Augenlidern. Das hat nicht nur kosmetische Gründe, ich sehe auch schlechter. Der Augenarzt rät zur Operation, will den Eingriff aber nur vornehmen, wenn das Medikament abgesetzt wird. Mein Internist ist aber damit keinesfalls einverstanden. Ich bitte um eine zweite Meinung.“

Laut vorliegenden Befunden muss das ThromboAss lebenslang eingenommen werden, weil sonst ein neuerlicher Gefäßverschluss droht. Daran führt auch für mich kein Weg vorbei. Selbst Operationen an den Augenlidern können unter Einfluss dieses Präparates zu örtlichen Blutungen führen, die nur schwer zu stillen sind. Derartige Eingriffe werden daher nur in Ausnahmefällen durchgeführt. Hier ist unbedingt das Nutzen-Risiko-Verhältnis genau abzuwägen . . .



Univ. Prof. Dr. Thomas Stefenelli, Facharzt für Kardiologie aus Wien. Kontakt: thomas.stefenelli@wienkav.at

SPRECHSTUNDE

Dr. med. Wolfgang Exel interviewt Spezialisten aus allen Gebieten der Medizin

Bluthochdruck – Angst vor Schlaganfall



Foto: Riedl-Hoffmann

Martha Z.: „Ich bin 78 und leide seit längerer Zeit an Bluthochdruck. Meine Werte sind morgens trotz Medikamenten höher als untertags. Besteht die Gefahr eines Schlaganfalles?“

Viele Menschen mit erhöhtem Blutdruck haben morgens die höchsten Werte. Ob diese Hypertonie auch nachts besteht, lässt sich mit einer 24-Stunden-Messung klären: Man muss in dieser Zeit ständig einen Messautomaten tragen, der die Drücke auch im Schlaf misst. Wenn der erste Wert (systolisch) trotz Medikamenten über etwa 180 mmHg liegt, sollte Blutdrucksenkung mit einem zusätzlichen Mittel erfolgen.

Univ.-Prof. Dr. Dieter Magometschnigg, Internist aus Wien. Kontakt: 01/408 45 11/12, info@bluthochdruck.at



„EISENMANGEL IST WEITER VERBREITET, ALS MAN GLAUBT“

Internistin Assoz. Prof. Priv.-Doz. Dr. Karin Amrein, MedUni Graz, über Ursachen und Folgen der allgegenwärtigen Erscheinung



Chronischer Eisenmangel ist in Europa weit verbreitet: Jeder zehnte Mann und jede fünfte Frau ist betroffen.

Wozu braucht der Körper dieses Spurenelement?

Prof. Amrein: Eisen ist für den Stoffwechsel unverzichtbar. Es spielt im Energiehaushalt jeder einzelnen Körperzelle eine maßgebliche Rolle. Liegt der Wert unter 15 Nanogramm pro Milliliter Blut, spricht man von Mangel. Die extremste Form ist Anämie – Blutarmut.

Welche Rolle spielt die Ernährung?

Prof. Amrein: Der Bedarf liegt bei 10–15 mg Eisen pro Tag, in Sondersituationen (Schwangerschaft, Stillzeit, Spitzensport, Blutverlust) bei bis zu 30 mg. Eisen ist zwar in vielen Lebensmitteln wie rotem Fleisch, Innereien, Eiern, grünem Gemüse, Getreide, Nüssen oder Hülsenfrüchten enthalten, aber man müsste täglich wahlweise 2.200 g Hühnerfleisch, 700 g Rindfleisch, 600 g Walnüsse, 550 g Spinat, 10 Eier oder 50 g Blutwurst zu sich nehmen, um genügend zu erhalten. Das ist natürlich schwierig.

Was heißt „Bioverfügbarkeit“?

Prof. Amrein: Für den Körper ist nicht jede Eisenverbindung gleich gut verwertbar. Im Schnitt gelangt nur etwa 10 Prozent der aufgenommenen Menge in den Stoffwechsel. Eisen aus tierischer Nahrung wird dreimal besser resorbiert als aus pflanzlichen Quellen – die Bioverfügbarkeit ist also höher. Das liegt daran, dass das pflanzliche Eisen erst umgewandelt werden muss. Ein saures Milieu (z. B. durch die gleichzeitige Einnahme von Vitamin C, Folsäure, Orangen- oder Zitronensaft) erleichtert die Aufnahme. Schwarztee, Kaffee, Milch und Milchprodukte sowie Weißmehlerzeugnisse hemmen diese.

Eine wichtige Rolle spielt auch die Einnahme bestimmter Medikamente. PPIs und Antazida – sogenannter „Magenschutz“ – behindern den Eingang in den Körper. Auch Bisphosphonate gegen Osteoporose, manche Antirheumatika, Schmerzmittel und Cortison hemmen die Resorption.

Welche Symptome deuten auf einen Mangel hin?

Prof. Amrein: Wir sprechen hier nicht von der

zeigen, dass es bei Betroffenen anscheinend häufiger zu Komplikationen kommt.

Woher weiß man, ob man betroffen ist?

Prof. Amrein: Im Rahmen der Vorsorgeuntersuchung den Eisenspiegel bestimmen lassen! Meist kommen Präparate zum Schlucken zum Einsatz. Früher hatten diese Mittel einen schlechten Ruf, weil sie zu Irritationen im Magen-Darm-Bereich führten. Inzwischen gibt es aber sehr gut verträgliche Alternativen.

OLEOvital EISEN
NEU
IN IHRER APOTHEKE

Fe

- ✓ Sehr gute Verträglichkeit
- ✓ Hohe Bioverfügbarkeit
- ✓ Keine Irritationen des Magen-Darm-Trakts
- ✓ Kein metallischer Nachgeschmack
- ✓ Einfache Anwendung

SUCROSOMALES® EISEN
EINZIGARTIG - EFFEKTIV
GUT VERTRÄGLICH

www.oleovital.at
FRESENIUS KABI

Schlaffer Bauch . . .

Angelika H.: „Ich bin zwar erst 45 Jahre alt, trotzdem stört mich schon seit längerer Zeit die schlaffe Haut an meinem Bauch. Ich habe allerdings vor drei Jahren rund 10 Kilo abgenommen. Daraufhin ist die Haut unter dem Nabel so schlapp, dass sich über dem Schamhügel eine richtige Falte gebildet hat. Dabei gehe ich regelmäßig ins Fitnesscenter und trainiere dort speziell die Bauchmuskeln. Leider ohne Erfolg. Was kann ich noch tun?“



Die Elastizität von Haut und Bindegewebe nimmt im Laufe des Lebens ab. Das führt dazu, dass mit zunehmendem Alter die Haut weniger gut schrumpfen kann. So positiv die gewollte Gewichtsabnahme für die Gesundheit ist, so lästig ist es, wenn die Haut gleichsam nicht mit

kann! Sie wirkt dann schlaff und faltig, wirft speziell am Unterbauch „Schürzen“.

In leichteren Fällen kann man versuchen, die Hautstruktur durch Maßnahmen wie Mesotherapie (Einbringen verschiedener Substanzen in die Haut mittels feiner Stiche), Microneedling oder Radiofrequenztherapie zu verbessern. In ausgeprägteren Fällen, insbesondere wenn Hautüberschuss vorhanden ist, hilft nur eine chirurgische Bauchhautstraffung.

Die überschüssige Haut am Unterbauch wird dabei spindelförmig entfernt, die Bauchhaut ähnlich wie eine Kulisse nach unten gezo-

gen. Gegebenenfalls können auch die Muskeln in diesem Bereich gestrafft werden. Die Narbe wird so gelegt, dass sie unter der Unterwäsche bzw. dem Badeanzug verborgen bleibt. Welche Methode in Frage kommt, wird nach einem Beratungsgespräch bzw. nach der Untersuchung entschieden.

Prof. Dr. Horst Koch, Facharzt für Plastische, Ästhetische und Rekonstruktive Chirurgie, Privatklinik Hansa Graz. Info: www.plastchir-graz.com; ☎ 0650/75 31 299



Entgeltl. Einschaltung

Anzeige