HAMBURGER

# Ärztemagazin

DR. SEBASTIAN SCHNEIDER
Heilende Hände

DR. DANIEL KLASE

Operationen gegen Nervenschmerzen

DR. THOMAS-MARC SCHULTE

Zahn-Ästhetik aus Meisterhand

PROF. DR. THORSTEN BACH

Prostata-Operation mit dem Wasserstrahl

PROF. DR. CARSTEN ZORNIG Israelitisches Krankenhaus

Bauchchirurgie auf höchstem Niveau

# Veranstaltungstipps

Zahlreiche Hamburger Krankenhäuser laden Patienten, Angehörige und Interessierte regelmäßig zu öffentlichen Veranstaltungen ein, in denen renommierte Mediziner über spannende Themen berichten. Auf dieser Seite finden Sie eine kleine Auswahl der in den kommenden drei Monaten in der Hansestadt angebotenen Vorträge. Viele weitere Veranstaltungen finden Sie auf den Internetseiten der Kliniken.



### 04. DEZEMBER 2017

18.00 Uhr

### Der alte Knochen. Wirbelbruch und mehr Wirbelsäulenchirurgie

Asklepios Klinik Wandsbek Alphonsstraße 14 22043 Hamburg Eintritt frei

**Anmeldung nicht erforderlich** 

### 05. DEZEMBER 2017 18.30 Uhr

### Abnehmen, aber wie? Informationen rund um Diät und **Operationsmöglichkeiten**

Adipositaszentrum Asklepios Westklinikum Hamburg, Cafeteria Suurheid 20 22559 Hamburg Eintritt frei

Anmeldung nicht erforderlich

### 12. DEZEMBER 2017 18:00 Uhr

### Feste Zähne an einem Tag **Patientenseminar**

Prof. Inv. Dr. (H) Peter Borsay Zahnklinik Alstertal im AEZ

Heegbarg 29 22391 Hamburg Eintritt frei

Anmeldung unter (040) 60 24 24 2 oder per Mail an info@zahnklinikalstertal.de

## 13. DEZEMBER 2017

17.30 Uhr

### Schmerzen verstehen: Stress und Schmerz

Rückenzentrum Am Michel Ludwig-Erhard-Straße 18 20459 Hamburg Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldung unter (040) 41 36 23 0

oder per Mail an:

info@ruecken-zentrum.de

### 13. DEZEMBER 2017

17.30 Uhr

Kniearthrose –

### Behandlung und ENDOprothetik

Helios ENDO-Klinik Holstenstraße 2 22767 Hamburg Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldung unter (040) 3 19 12 25

### 13. DEZEMBER 2017

### 14:00 Uhr

### Feste Zähne an einem Tag **Patientenseminar**

Prof. Inv. Dr. (H) Peter Borsay Zahnklinik Alstertal im AEZ Heegbarg 29, 22391 Hamburg Eintritt frei

Anmeldung unter (040) 60 24 24 2 oder per Mail an info@zahnklinikalstertal.de

### 14. DEZEMBER 2017

18:00 Uhr

### Aktiv trotz Herzschwäche Erfolgreiche Therapiekonzepte bei Herzinsuffizienz

Prof. Dr. Jochen Müller-Ehmsen, Chefarzt Kardiologie, Pneumologie, Dr. Marko Remmel, Internistische Intensivmedizin Asklepios Klinik Altona, Hörsaal 2. OG Paul-Ehrlich-Straße 1 22763 Hamburg Eintritt frei Anmeldung nicht erforderlich

### 10. JANUAR 2018

17.30 Uhr

### Schmerzen verstehen: Schlaf und Schmerz

Rückenzentrum Am Michel Ludwig-Erhard-Straße 18 20459 Hamburg Die Teilnahme ist kostenfrei. Anmeldung unter (040) 41 36 23 0 oder per Mail an info@ruecken-zentrum.de

### 15. JANUAR 2018

18:00 Uhr

### Krampfadertherapie im Wandel der Zeit

Dr. Guido Bruning Krankenhaus Tabea Kösterbergstraße 32 22587 Hamburg **Eintritt frei** 

### 15. FEBRUAR 2018

18:00 Uhr

### Hautkrebs: Würden Sie ihn erkennen?

Dr. Thorsten Matthes Krankenhaus Tabea Kösterbergstraße 32, 22587 Hamburg **Eintritt frei** 

### **VORWORT**



## Liebe Leserin, lieber Leser,

Hamburg ist der Medizinstandort Nummer 1 in Deutschland. Das zeigt eine aktuelle Auswertung des Statistikamts Nord: Für Arztbesuche, Medikamente und Klinikaufenthalte nimmt jeder Hamburger Leistungen von 4.000 Euro pro Jahr in Anspruch, mehr als alle anderen Bundesbürger. So fließen im Jahr mehr als sieben Milliarden Euro in das Gesundheitssystem der Hansestadt – mit 169.000 Beschäftigten ist es zudem einer ihrer wichtigsten Wirtschaftszweige. Im Gegenzug profitieren die Bürgerinnen und Bürger von einer herausragenden Gesundheitsversorgung, die sich sogar auf ihre Lebenserwartung auswirkt.

Im Vergleich der deutschen Stadtstaaten leben Hamburger am längsten. Die Bedeutung der medizinischen Versorgung ist dabei nicht zu unterschätzen - vom Rettungswesen über die ambulante Versorgung bis hin zu hochspezialisierten Therapien in den Krankenhäusern, die Patienten von weither in unsere Stadt locken. Einen kleinen Einblick in die Vielfalt der Medizinmetropole Hamburg erhalten Sie immer wieder in Ihrem Hamburger Ärztemagazin. In jeder Ausgabe stellen wir Ihnen Spezialisten ausführlich in Anzeigen mit hohem Nutzwert vor, berichten über spannende Innovationen und klären über gesundheitliche Zusammenhänge auf. Vielleicht leisten ja auch wir damit einen kleinen Beitrag, damit unsere Stadt künftig noch ein bisschen gesünder wird.

Ihr Redaktionsteam Hamburger Ärztemagazin

### **INHALT**

2 Veranstaltungstipps

Eine Auswahl an Vorträgen und Veranstaltungen der Hamburger Krankenhäuser

4 Viszeralchirurgie

Israelitisches Krankenhaus

- · Krebschirurgie auf höchstem Niveau
- · Operationen durchs "Schlüsselloch"
- Schilddrüsenchirurgie schonend und sicher

7 Anästhesie und Intensivmedizin

Israelitisches Krankenhaus

Neue Verfahren machen Narkose sicherer

8 Volksleiden Inkontinenz

Was sich niemand traut zu sagen

9 Psychosomatische Medizin

Prof. Dr. Dr. Stephan Ahrens

Krank durch Stress – frühzeitig Hilfe suchen

10 Hand- und Fußchirurgie

Dr. Janot Marleschki, Dr. Jürgen Walpert, Dr. Martin Wiemann

Chirurgie mit Hand und Fuß

11 Hämatologie und Onkologie

Prof. Dr. Dirk Arnold

Krebsbehandlung -

Neues Beratungsangebot

12 Gynäkologie und Geburtshilfe

Prof. Dr. Gerhard Gebauer, Priv.-Doz. Dr. Holger Maul

Doppelspitze für die Frauenheilkunde

14 Schlaflos in Hamburg

Schlafprobleme fast verdreifacht

15 Neurochirurgie

Dr. Daniel Klase

Operationen und Schrittmacher gegen den Nervenschmerz

16 Allgemeinchirurgie

Prof. Dr. Henning Niebuhr

Große Narbenbrüche: Wenn es schwierig wird, kann Botox helfen

17 Orthopädie

Dr. Nicolai Schurbohm

Hilfe bei anhaltenden

Wirbelsäulenschmerzen

18 Innere Medizin

Lieber Herr Dr. Ducho, wir danken Ihnen!

 $\textbf{19} \ \ \text{Orthop\"{a}die, manuelle Therapie, Sportmedizin}$ 

Dr. Sebastian Schneider Heilende Hände

20 Allgemeine Chirurgie, Viszeralchirurgie

Priv.-Doz. Dr. Julia Holler-Waldmann

Hämorrhoiden – Innovatives

OP-Verfahren hilft schonend

21 Urologie

Prof. Dr. Thorsten Bach

Gutartige Prostatavergrößerung – schonende OP mit dem Wasserstrahl

22 Plastisch-Ästhetische Medizin

Dr. Hanieh Erdmann

Haartransplantation – eigenes Haar ist Lebensqualität

23 Zahnheilkunde und Implantologie

Dr. Thomas Marc Schulte

Neue Zähne – Ästhetik aus Meisterhand

24 Ernährungsmedizin

Schluss mit Ernährungsmythen!

25 Ästhetische Dermatologie und Kosmetik

Dr. Eva Meigel, Birgit Kröger-Röckendorf

Ein Haus für die Schönheit

**26** Plastisch-Ästhetische Chirurgie

Dr. Evangelos Sarantopoulos

Neues Konzept revolutioniert die Ästhetische Chirurgie

28 Zahnheilkunde, Implantologie

Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay

Neue Zähne an nur einem Tag

30 Ungewollt kinderlos

Wenn Paare leiden, weil sie keine Kinder bekommen können

Osteopathie

Peter Glatthaar

Mit Händen dauerhaft Schmerzen lindern

31 Alkohol und Medikamente

Ein lebensgefährlicher Cocktail



Mittels QR Code können Sie diese Ausgabe und die bisherigen Ärztemagazine auf dem Tablet oder Smartphone ansehen

### I M P R E S S U M HAMBURGER Ärztemagazin

Verlag: Zeitungsgruppe Hamburg GmbH, Großer Burstah 18-32, 20457 Hamburg Vermarktung: MEDIAHAFEN Hamburg GmbH Anzeigen: Dennis Rößler (verantwortlich)

Produktionskoordination: Silke Dannenberg, Tel.: (040)5544-711 86 Produktionskoordination: Birgül Akyildiz, Tel.: (040)5544-711 74, Vermarktung und Redaktion: Publishingone, Joachim Lüdicke Großer Burstah 42, 20457 Hamburg Tel.: (040) 60 03 85 28 16 Vermarktung: Ilir Emini Redaktion: Jens Bonnet, Peter Claußen, Dagmar Lüdke-Bonnet

Fotografen: Peter Claußen, Sandra Birkner, Annegret Hultsch, Hendrik Lüders, Jens Bonnet Fotos: Fotolia, Istockphoto, M1 Med Beauty, Asklepios Kliniken, Israelitisches Krankenhaus, Thorsten Arendt

Artdirection/Produktion: Constanze Henk Titelfoto: Annegret Hultsch Schlussredaktion: Dr. Susanne Fricke Druck: Druckerei Vetters GmbH & Co. KG, 01471 Radeburg

Der redaktionelle Inhalt wurde sorgfältig erarbeitet. Dennoch wird für die Richtigkeit von Angaben, Hinweisen und Ratschlägen sowie für eventuelle Druckfehler keine Haftung übernommen.
Der Inhalt der Texte im Hamburger Ärztemagazin darf nicht als Selbstdiagnose oder -behandlung verwendet werden. In keinem Fall ersetzt er einen Besuch beim Arzt. Nachdruck ist nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlags möglich.



# Krebschirurgie auf höchstem Niveau



Prof. Dr. Carsten Zornig Chirurgische Klinik Israelitisches Krankenhaus

Orchideenstieg 14 22297 Hamburg Tel.: (040) 511 25-51 00/1 Fax: (040) 511 25-51 02 www.ik-h.de



### Schwerpunkte

- Tumorchirurgie
- Minimalinvasive Chirurgie
- Leistenbrüche und andere Brüche der Bauchwand
- Schilddrüsenchirurgie
- Refluxchirurgie
- Chronisch entzündete Darmerkrankungen

Gesetzliche Krankenkassen Private Krankenversicherungen Selbstzahler

er wichtigste Schritt auf dem Weg zur Heilung einer Krebserkrankung ist die operative Entfernung des Tumors - ein Eingriff, der viel Erfahrung und ein eingespieltes Team erfordert. In der Chirurgischen Klinik des Israelitischen Krankenhauses gehören diese Operationen zur täglichen Routine. "Wir widmen uns ausschließlich der Viszeralchirurgie, also den Eingeweiden von der Speiseröhre bis zum Darmausgang sowie der Schilddrüse und den großen Bauchorganen Leber, Bauchspeicheldrüse und Milz", erklärt Chefarzt Prof. Dr. Carsten Zornig. "Mit rund 600 Dickdarmoperationen pro Jahr gehören wir dabei zu den ersten drei Kliniken in Deutschland."

Wie sehr Krebspatienten von der Erfahrung der Chirurgen profitieren, zeigen die jährlichen Auswertungen des Hamburger Krebsregisters: "Wir haben nun wiederholt sowohl für das Magenkarzinom als auch für den Dickdarmkrebs Daten bekommen, nach denen die Fünf-Jahres-Überlebensrate bei uns 15 Prozent über dem Hamburger Durchschnitt liegt", berichtet Zornig. "Da wir hier sehr viele Patienten operieren, verfügen

"Patienten mit Magen- oder Dickdarmkrebs haben bei uns eine um 15 Prozent höhere Überlebenswahrscheinlichkeit als im Hamburger Durchschnitt"

wir über entsprechende Erfahrung. Vermutlich sind unsere Ergebnisse deswegen so viel besser." Schließlich wiesen Kliniken, in denen ein Eingriff häufig durchgeführt wird, statistisch geringere Komplikationsraten und höhere Überlebenschancen auf.

Neben der Routine spiele auch die Ausbildung der Ärzte eine wichtige Rolle, ist sich die leitende Oberärztin Dr. Alice Emmermann sicher: "Der Chef und alle Oberärzte verfügen hier über die höchste Qualifikationsstufe "Spezielle Viszeralchirurgie". Das ist etwas Besonderes." Eine weitere Besonderheit sei die Organisation von der Diagnostik bis zur Weiterbehandlung: "Tumorpatienten bekommen bei uns immer einen Termin innerhalb von drei Tagen.

Um den Ablauf zu beschleunigen, führen wir oft auch die CT-, MRTund endoskopische Diagnostik während des stationären Aufenthaltes durch, obwohl diese Kosten dann zu unseren Lasten gehen." Hier habe das von einer Stiftung getragene Israelitische Krankenhaus gegenüber anderen Kliniken den Vorteil, keine Gewinne erwirtschaften zu müssen, erklärt Zornig: "Das verschafft uns nicht nur eine hervorragende Ausstattung, sondern auch mehr Spielraum." Sobald die Diagnose geklärt ist, stellen die Ärzte den Behandlungsplan auf und besprechen ihn in der fachübergreifenden Tumorkonferenz, die das Israelitische Krankenhaus bereits vor 17 Jahren etabliert hat. Nach der Operation wird das weitere Vorgehen mit dem Patienten und in der Tumorkonferenz besprochen.

Nicht zu vergessen sei die menschliche Komponente, ergänzt Oberärztin Dr. Margret Alm: "Auch wenn wir hier High-End-Chirurgie betreiben, legen wir viel Wert auf eine persönliche Atmosphäre. Hier herrschen ein hoher Teamgeist und ein hoher Pflegestandard. Auch das trägt sicher zu unseren guten Ergebnissen bei."

# Operationen durchs "Schlüsselloch"

us der modernen Medizin ist die minimalinvasive .Chirurgie nicht mehr wegzudenken. Ein Großteil aller Operationen wird heute durch winzige Schnitte mit Hilfe von Videotechnik durchgeführt, die Patienten profitieren von kleineren Narben, weniger Schmerzen und Infektionen sowie einer schnelleren Genesung. Vor 30 Jahren sah das noch ganz anders aus, erinnert sich Prof. Dr. Carsten Zornig, Chefarzt der Chirurgischen Klinik im Israelitischen Krankenhaus: "Wir waren 1990 die Ersten in Hamburg, die minimalinvasiv operiert haben damals noch im UKE. Wir haben die ersten laparoskopischen Dickdarmoperationen gemacht, die ersten Reflux- und Milzoperationen. Damals waren wir immer an vorderster Front, haben viele Kollegen ausgebildet und wissenschaftliche Preise gewonnen." Heute gehöre die minimalinvasive Chirurgie zum Alltag.

Ihm sei es immer wichtig gewesen, die minimalinvasive Chirurgie noch weiter zu minimali"Mehr als die Hälfte unserer Operationen werden minimalinvasiv durchgeführt."

sieren, also noch kleinere Schnitte und feinere Instrumente zu verwenden oder auch mal auf eines zu verzichten, betont Zornig. So erregte er mit der Einführung der NOTES-Technik deutschlandweit Aufsehen, bei der natürliche Körperöffnungen als Zugang zum Operationsfeld genutzt werden, etwa die Scheide der Frau zur Entfernung der Gallenblase.

"Wir versuchen, mit so wenig Instrumenten wie möglich auszukommen und so die Verletzungen des Patienten zu minimieren", erklärt Zornig sein Engagement für die Weiterentwicklung der Technik. "Wir operieren minimainvasiv im High-End-Bereich, vor allem bei Speiseröhren- und Bauchspeicheldrüsenkrebs, aber auch in der Lunge oder bei Tumoren der Nebennieren." Die häufigsten Eingriffe in dieser Technik seien aber Operationen bei Leistenbrüchen und Gallenblasensteinen.

Einen weit überregionalen Ruf hat das Israelitische Krankenhaus in der Refluxchirurgie bei Patienten mit Sodbrennen, die einen Zwerchfellbruch haben. Diese sogenannte Hiatushernie operieren Zornig und sein Team mit einem speziellen Verfahren, der Fundoplikation: "Wir haben diese Technik mit entwickelt und sie hier schon mehr als 4.000 Mal durchgeführt. Damit zählen wir deutschlandweit zur Spitzengruppe."

Aufgrund der großen Expertise bekomme die Klinik häufig Patienten von weither zugewiesen, bei denen besonders schwierige Eingriffe anstehen, ergänzt Oberärztin Dr. Margret Alm: "Das gilt zum Beispiel für den sogenannten Thoraxmagen. Dabei rutscht der ganze Magen durch den Zwerchfellbruch nach oben und sitzt dann in der Nähe großer Organe wie Herz und Lunge, was wirklich gefährlich werden kann."



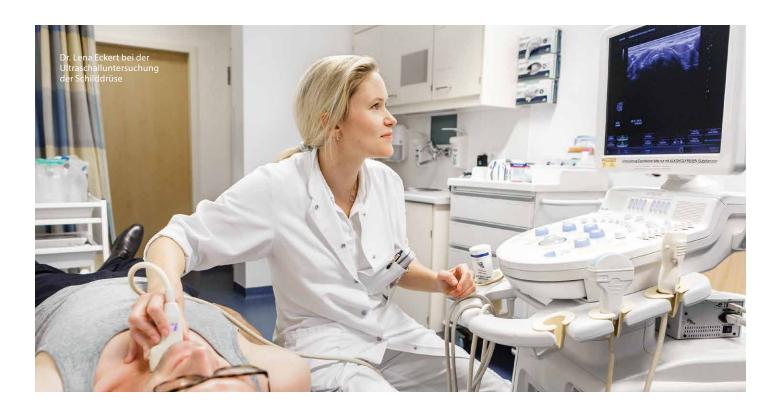
Oberärztin Dr. Margret Alm

In Zornigs Klinik sind alle Oberärzte spezielle Viszeralchirurgen und trainiert, rund um die Uhr selbst im Notdienst laparoskopisch zu operieren: "Ich arbeite mit den sieben Oberärzten im Durchschnitt mehr als zehn Jahre zusammen. Diese personelle Kontinuität erleichtert auch die Einführung neuer Verfahren, denn die minimalinvasive Chirurgie erfordert viel Training."





**Das Israelitische Krankenhaus** wurde 1839 von Salomon Heine gestiftet. Seinem Motto "Menschenliebe ist die Krone aller Tugenden" fühlen sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter auch heute noch verpflichtet. In der chirurgischen Klinik arbeiten 22 Chirurgen, neben dem Chefarzt und sieben Oberärzten 14 Assistenzärzte. An fünf OP-Tischen operieren sie mehr als 4.000 Patienten pro Jahr, führen dabei alle bedeutenden Eingriffe der Viszeralchirurgie in besonders großer Zahl durch. Mit diesem Operationsspektrum ist die Chirurgische Klinik des Israelitischen Krankenhauses die Nummer eins in Norddeutschland und steht deutschlandweit an fünfter Stelle.



## Schilddrüsenchirurgie schonend und sicher

ie Chirurgie der Schilddrüse und der Nebenschilddrüsen hat im Israelitischen Krankenhaus eine lange Tradition. Sie gehörte immer zu den Schwerpunkten des Hauses und hat sich über die Jahrzehnte weiter entwickelt, erzählt Chefarzt Prof. Dr. Carsten Zornig: "Wir sind hier aber so breit aufgestellt, dass dieser Schwerpunkt in der öffentlichen Wahrnehmung oft untergeht – zu Unrecht." Die Schilddrüsen-

Sprechstunden der Chirurgischen Klinik nach telefonischer Vereinbarung

### **Privatambulanz**

Tel.: (040) 511 25 51 00 / 1

## Sprechstunden für gesetzlich versicherte Patienten

- Allgemeine Sprechstunde
- Proktologische Sprechstunde
- Sprechstunde Endokrine Chirurgie (Schilddrüse, Nebenschilddrüse, Nebenniere)
- Tumorsprechstunde für spezielle Fälle und 2. Meinung

Tel.: (040) 511 25 60 30

operationen werden von einem kleinen Kreis von Chef- und Oberärzten durchgeführt. "Wir operieren gutartige Vergrößerungen des Organs, aber auch Schilddrüsenkarzinome und Patienten mit Schilddrüsenüberfunktion – letztlich das ganze Spektrum der Schilddrüsenund Nebenschilddrüsenchirurgie", berichtet Oberärztin Dr. Margret Alm: "Durch unsere breite Qualifikation und Erfahrung sind wir auch in der Lage, bei Bedarf den Brustkorb zu eröffnen. Das ist aber glücklicherweise extrem selten erforderlich."

### Mehr Sicherheit durch neue Methoden

Neue Techniken haben die Eingriffe in den vergangenen Jahren immer sicherer gemacht und beugen Komplikationen effektiv vor, erklärt Alm. Ein Beispiel dafür sei das Neuromonitoring. Dieses elektronische Warnsystem hilft, die wichtigste Komplikation einer Schilddrüsenoperation zu verhindern: die sogenannte Recurrensparese. Die beiden empfindlichen Stimmbandnerven (lat. Nervus laryngeus recurrens) verlaufen zwischen Luft- und Speiseröhre beziehungsweise hinter der Schild-

"Komplikationsarmes Operieren hat an der Schilddrüse oberste Priorität"

drüse entlang zum Kehlkopf und liegen somit bedrohlich nahe am Operationsfeld bei einer Schilddrüsenoperation. Wird einer dieser Nerven bei der Operation verletzt, führt das zu einer Lähmung des betroffenen Stimmbandes mit unterschiedlich ausgeprägter Heiserkeit. Kommt es zu einer Verletzung beider Nerven, behindern die gelähmten Stimmbänder massiv die Atmung - eine Komplikation, die unbedingt vermieden werden muss. Beim im Israelitischen Krankenhaus standardmäßig eingesetzten Neuromonitoring wird eine Elektrode an den Nerven gelegt und stimuliert. Über akustische und visuelle Signale warnt das Gerät sofort, wenn bei der Operation zu viel Druck oder Zug auf den Nerven ausgeübt wird und eine Verletzung droht.

Auch bei der Operation von Nebenschilddrüsentumoren komme ein modernes Verfahren zum Ein-



Leitende Oberärztin Dr. Alice Emmermann im Interview

satz, ergänzt die Leitende Oberärztin Dr. Alice Emmermann: "Um festzustellen, ob wir einen hormonproduzierenden Tumor vollständig entfernt haben, lassen wir noch während der Operation das sogenannte Parathormon mit einem Schnelltest bestimmen. Er zeigt uns innerhalb weniger Minuten, ob die krankhafte Hormonüberproduktion gestoppt ist."

Für Schilddrüsenpatienten bietet das Israelitische Krankenhaus eine besondere Sprechstunde an. Hier werden auch alle Voruntersuchungen und die Ultraschalldiagnostik durchgeführt.

### Alles unter Kontrolle:

## Neue Verfahren machen Narkose sicherer

er medizinische Fortschritt stellt vor allem Anästhesisten vor immer neue Herausforderungen, denn die Patienten werden immer älter und kommen mit mehr Vorerkrankungen zu immer komplexeren Eingriffen in die Klinik. "Das erfordert eine gute Planung im Vorfeld der Operation. Unsere Rolle wird dabei immer wichtiger, denn wir managen die gesamten Prozesse rund um den Eingriff, nicht nur die Narkose", erläutert Priv.-Doz. Dr. Marc Freitag, Chefarzt der Abteilung für Anästhesiologie und interdisziplinäre Intensivmedizin im Israelitischen Krankenhaus. Die neun erfahrenen Anästhesisten seines Teams bespre-

"Eine gute Schmerztherapie ist genauso wichtig wie eine gute Narkose oder Operation"

chen alle Patienten im Vorfeld mit den Operateuren, um Risiken zu erkennen und zu kontrollieren: "Wir sind eng verzahnt mit den Chirurgen und den Internisten, ein eingespieltes Team. Das gelingt großen Krankenhäusern in dieser Intensität meist nicht, aber in unserer überschaubaren Klinik ist diese enge Zusammenarbeit noch möglich", so Freitag. Ziel sei es, für jeden Patienten einen individuellen Plan maßzuschneidern: "Neben der eigentlichen Narkose umfasst das zum Beispiel auch die Nahrung vor der Operation, eine exakt gesteuerte Flüssigkeitszufuhr während des Eingriffs und die zügige Mobilisation mit Hilfe des Pflegeund Physiotherapeutenteams."

### Moderne Technik für mehr Sicherheit

Während der Narkose überwachen Freitag und sein Team bei jedem Patienten neben der Kreislauf- und Atmungsfunktion auch die Hirnströme. "Auf diese Weise stellen wir sicher, dass der Patient die optimale Menge an Narkosemitteln bekommt und nicht aufwacht, aber auch nicht zu tief schläft", erklärt



Freitag: "So erholen sich die Patienten schneller von der Narkose und der Operation und es kommt seltener zu Komplikationen wie dem sogenannten Durchgangssyndrom – einer vorübergehenden Verwirrtheit nach der Operation."

Während der Operation messen die Anästhesisten zudem den Grad der medikamentösen Muskelentspannung (Relaxation) unter der Narkose und heben sie gegen Ende des Eingriffs gezielt auf (kleines Foto). So kommen die Patienten ohne Relaxation in den Aufwachraum. "Das reduziert die Gefahr einer Lungenentzündung, die entsteht, weil relaxierte Patienten nicht tief genug durchatmen können", erläutert Freitag. Beide Messungen seien im Alter besonders wichtig, da ältere Patienten die Wirkstoffe anders abbauen.

## Intensivmedizin sichert eine optimale Weiterbetreuung

Die Intensivstation steht im Israelitischen Krankenhaus unter anästhesiologischer Leitung. Das

Anästhesieteam führt die morgendliche Visite zusammen mit den Chirurgen durch und am Nachmittag wird der Verlauf des Patienten gemeinsam analysiert. Auch technisch müssen Freitag und sein Team auf nichts verzichten: "Wir verfügen hier über eine komplette Ausstattung: Intensivstation, Aufwachraum und OPs sind auf dem neuesten Stand."

### Schmerzarmes Krankenhaus

Schmerzen nach einer Operation sind nicht nur belastend, sie können auch die Heilung verzögern, da die Funktion von Lunge oder Darm beeinträchtigt werden. Die Vermeidung von Schmerzen ist daher für Freitag und sein Team ein zentrales Element ihrer Arbeit: "Alle Patienten erhalten bei uns ein individuelles Konzept zur Schmerztherapie. Das beginnt mit der Aufklärung vor dem Eingriff und reicht bis zum Schmerzkatheter, den alle Patienten im Israelitischen Krankenhaus vor einem großen operativen Eingriff bekommen."



Priv.-Doz. Dr. Marc Freitag Anästhesiologie und interdisziplinäre Intensivmedizin Israelitisches Krankenhaus

Orchideenstieg 14
22297 Hamburg
Tel.: (040) 511 25-0
Fax: (040) 511 25-52 01
www.ik-h.de/leistungsspektrum/
anaesthesie

### Schwerpunkte

- Anästhesie/OP
- Operative Intensivmedizin
- Perioperative Schmerztherapie

Gesetzliche Krankenkassen Private Krankenversicherungen Selbstzahler

# Volksleiden Inkontinenz

### Was sich niemand traut zu sagen



"Viele Betroffene trinken zu wenig aus Angst, nicht rechtzeitig eine Toilette aufsuchen zu können."



Prof. Dr. Steffen Weikert, Chefarzt der Urologie am Vivantes Humboldt-Klinikum in Berlin



Sandra Rose-Fröhlich, Rose-Fröhlich-Praxis für Ernährung mit Kassenerstattung, Lüneburg

port, Kino, Shoppen. Für viele wird das zur Qual. Denn fast zehn Prozent der Deutschen leiden unter Blasenschwäche, können ihren Urin nicht mehr halten. Dabei ist Inkontinenz entgegen der weit verbreiteten Annahme kein Frauenproblem und auch kein Altersproblem. Zwar steigt mit zunehmendem Lebensalter die Häufigkeit an, die Schwäche der Blase kann aber in jedem Alter beginnen.

"Von Inkontinenz spricht man, sobald ein Mensch den Zeitpunkt seiner Entleerung nicht mehr selbst bestimmen kann", erklärt Prof. Dr. Steffen Weikert, Chefarzt der Urologie am Vivantes Humboldt-Klinikum in Berlin. Bei vielen Betroffenen macht sich die Schwäche ganz plötzlich bemerkbar - dringend muss dann eine Toilette aufgesucht werden. Daneben kommt es vor allem beim Lachen, Niesen oder einer körperlichen Anstrengung öfter mal zum kleinen Malheur. Viele isolieren sich selbst, sehen die Schwäche als etwas sehr Intimes an und sprechen oftmals gar nicht mit ihrem Arzt darüber. Sie ertragen die Erkrankung still und versuchen eigene Strategien zu entwickeln, mit der Situation zurechtzukommen. Dabei sind die Ursachen so vielfältig wie die Betroffenen selbst: Falsche Trinkgewohnheiten, chronischer Harnwegsinfekt, beschädigte Schließmuskel oder Lockerungen des Bindegewebes im Beckenboden etwa nach einer Schwangerschaft.

Bei Männern tritt Inkontinenz oft nach einer Prostata-OP auf, wenn Schließmuskel oder Nerven beeinträchtigt wurden. Aber auch neurologische Erkrankungen wie Multiple Sklerose können Ursache sein. "Vielfach helfen schon besondere Muskelübungen zum Beckenbodentraining, Einlagen, Medikamente oder eine Operation", erklärt Prof Weikert weiter.

"Dabei wird die OP-Behandlungspalette immer größer. In der Regel reicht ein kleiner Schnitt, bei dem ein Netz oder Bändchen aus Kunststoff eingesetzt wird, das das System wieder stärkt. In besonderen Fällen kommt eine Elektrostimulation zum Einsatz. die die Schließmuskeln durch einen "Schrittmacher" schließt oder öffnet." Welche Therapie im Einzelfall bei einer bestimmten Inkontinenz-Form infrage kommt, ist äußerst unterschiedlich. Daher gilt: Betroffene sollten in jedem Fall zum Arzt gehen und sich entsprechend beraten lassen. Was aber in keinem Fall fehlen sollte: genügend Flüssigkeitszufuhr. Viele Betroffene trinken zu wenig aus Angst, nicht rechtzeitig eine Toilette aufsuchen zu können. "Das ist jedoch ganz falsch, denn damit erreichen Sie genau das Gegenteil", warnt Ernährungsexpertin Sandra Rose-Fröhlich. "Schon geringe Harnmengen verstärken das Gefühl des Harndrangs und zu wenig zu trinken, kann die Symptome im schlimmsten Fall sogar noch verstärken.

Das ideale Getränk bei Inkontinenz ist Wasser. Auch selbstgemachte Schorlen (2 Teile Wasser zu 1 Teil 100 % Fruchtsaft, selbstgemixt) sind besser als die meisten industriell hergestellten süßen Getränke", so Rose-Fröhlich. Unbedenklich ist zudem der koffeinfreie Rooibos (Rotbuschtee) – er wirkt nicht harntreibend wie etwa koffeinhaltige Tees und Alkohol. Kaffee zählt mit vier vollen Tassen pro Tag wieder zur Trinkmenge dazu, weil seine entwässernde Wirkung wissenschaftlich unhaltbar ist. ◀

### PROF. DR. DR. STEPHAN AHRENS

Fachzentrum für Stressmedizin und Psychotherapie

"Je früher die Betroffenen zu uns kommen, desto besser können wir sie behandeln."

ass Stress auf Dauer krank macht, ist allgemein bekannt - und wohl jeder hat schon einmal selbst die Erfahrung gemacht, dass es ihm nicht gut geht, wenn die Last des Alltags zu sehr drückt. Und doch werde der Einfluss von Stress auf die Gesundheit oft unterschätzt und viel zu lange nicht ernstgenommen, berichtet Prof. Dr. Dr. Stephan Ahrens. Der Experte für Psychosomatische Medizin hat sich mit seinen Fachzentren auf die Behandlung stressbedingter Erkrankungen spezialisiert. Mit mittlerweile 45 Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern decken sie das gesamte Spektrum der Stressmedizin ab, von der Tiefenpsychologie über Entspannungstechniken bis zur Verhaltenstherapie. Zu den Spezialitäten der Fachzentren gehört die Körpertherapie mit Elementen wie Shiatsu, Feldenkrais, besonderen Übungen und Berührungen.



Fachzentrum für Stressmedizin und Psychotherapie



Private Ambulanz und Tagesklinik www.stressmedizin-hamburg.de

### Standort Falkenried-Eppendorf

Lehmweg 17, 20251 Hamburg Tel.: (040) 41 34 343-0 Fax: (040) 41 34 343-28

### Standort Alster

Fontenay 1c, 20354 Hamburg Tel. (040) 4146918-0 Fax (040) 4146918-11

### Standort Alstertal

Langenstücken 24, 22393 Hamburg Tel. (040) 88165010-1 Fax (040) 88165010-25

### Schwerpunkte

- Stressassoziierte Erkrankungen
- Burnout-Syndrom
- Trauer und Depression
- Angst und Panik
- Psychosomatische Beschwerden
- Psychosomatische Schmerzstörungen
- Essstörungen
- Abhängigkeitserkrankungen
- Tinnitus

Private Krankenversicherungen Selbstzahler

### Krank durch Stress

# Frühzeitig Hilfe suchen

"Entscheidend ist, dass wir damit emotionale Reaktionen auslösen", erläutert Ahrens den besonderen Effekt: "Das funktioniert damit direkter als mit herkömmlichen Therapien, die zunächst den Kopf ansprechen."

"Das Thema Stress rückt immer mehr in den Fokus, da sehr viele Menschen betroffen sind", berichtet Ahrens. Bestimmte Gruppen litten besonders häufig unter stressbedingten Erkrankungen, nicht nur überforderte Manager, sondern auch Lehrer, Soldaten und im Alltag überlastete Hausfrauen. "Die goldene Regel ist, möglichst früh Hilfe zu suchen! Je früher die Betroffenen zu uns kommen, desto besser können wir sie behandeln", rät Ahrens.

Leider hätten viele Menschen lange das Gefühl, sie seien nicht leistungsfähig genug, und schämten sich deswegen, statt dazu zu stehen und sich möglichst schnell Hilfe zu holen.

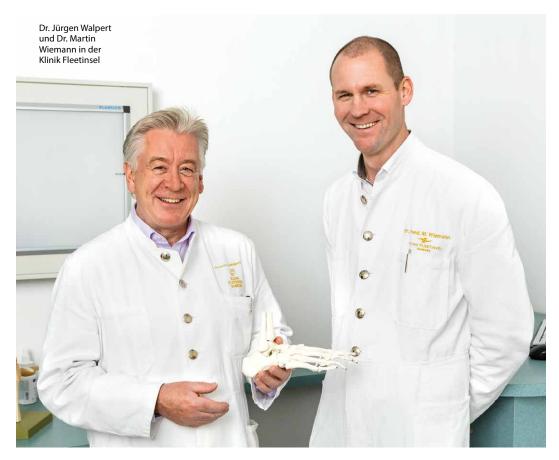
Jeder solle deshalb darauf achten, ob er Symptome von Stress verspürt. Die können individuell ganz unterschiedlich aussehen: Bei vielen Menschen verursacht Stress Kopfschmerzen, bei anderen Magen-Darm-Beschwerden oder andere funktionelle Störungen des Körpers. Ein hoher Blutdruck kann ebenfalls durch Stress gefördert werden und zu schweren Folgeerkrankungen führen. Aber auch stressbedingte Angststörungen oder depressive Einbrüche können den Alltag sehr belasten.

Nach einem Gespräch mit dem Patienten und bestimmten Tests empfehlen die Spezialisten der Fachzentren die passende Behandlung. "Wir müssen zunächst herausfinden, worin der Stresseffekt besteht und wo die Ursache für den Stress liegt", erklärt Ahrens. "Es gibt Menschen, die eher auf berufliche oder eher auf häusliche Belastung reagieren, das ist individuell ganz unterschiedlich." Manchmal genüge eine Beratung, ein vorbeugendes Coaching oder eine kurze Therapie. Aber vor allem bei medizinisch relevanten Symptomen könnten auch Behandlungen mit Psychotherapie in der Tagesklinik oder eine stationäre Behandlung angezeigt sein. Generell dürfe die Therapie nicht zu lange dauern, damit die Patienten bald wieder an ihren Arbeitsplatz zurückkehren können, betont Ahrens: "Wir müssen dafür sorgen, dass sie schnellstmöglich wieder arbeitsfähig sind, und haben deshalb sehr effektive Konzepte entwickelt, die kurzfristig greifen."



### DR. JANOT MARLESCHKI, DR. JÜRGEN WALPERT, DR. MARTIN WIEMANN

Hanse Chirurgie und Klinik Fleetinsel



## Komplettes Angebot

# Chirurgie mit Hand und Fuß

ie Hände und Füße des Menschen sind hochkomplexe Konstruktionen aus Muskeln und Sehnen, Bändern, Gelenken und Knochen, die ein schier unglaubliches Maß an Beweglichkeit, Kraft und Geschicklichkeit möglich machen. Doch die außergewöhnliche Komplexität dieser Hochleistungsmultifunktionswerkzeuge macht sie auch anfällig



Handspezialist Dr. Janot Marleschki

für eine Vielzahl von Erkrankungen und Verletzungen, deren Diagnostik und Therapie viel Erfahrung und Können erfordern. In der Klinik Fleetinsel und an den mittlerweile vier Hamburger Standorten der überörtlichen Gemeinschaftspraxis Hanse Chirurgie bieten deren Experten spezielle Sprechstunden und Operationen für Hand- und Fußprobleme an.

"Hier an der Klinik Fleetinsel verfügen wir über nahezu alle Möglichkeiten der modernen Fußchirurgie", berichtet Dr. Martin Wiemann. Gemeinsam mit Dr. Jürgen Walpert betreibt Wiemann die fußchirurgische Sprechstunde in dem national wie international renommierten Zentrum für Orthopädie für Hüft- und Knieendoprothetik, Wirbelsäulenchirurgie, Schulterchirurgie und insbesondere Fußchirurgie. Das Operationsspektrum der beiden Fußspezialisten reicht von Routi-

neeingriffen bei Hallux valgus und Krallenzehen bis hin zu komplizierten Stellungskorrekturen am Rückfuß. Moderne minimalin-

> "Hier an der Klinik Fleetinsel verfügen wir über nahezu alle Möglichkeiten der modernen Fußchirurgie."

vasive Verfahren kommen dabei ebenso zum Einsatz wie Endoprothesen als Alternative zur Versteifung des oberen Sprunggelenks. "Ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit ist die Behandlung von Sportverletzungen einschließlich der gesamten Sehnenchirurgie", ergänzt Walpert: "Auch verschleißbedingte Probleme der Achillessehne und die vielfältigen Ursachen von Fersenschmerzen gehören zu unse-

#### Standorte

## Klinik Fleetinsel

Admiralitätsstraße 3-4 20459 Hamburg Tel.: (040) 37 67 10 Fax: (040) 37 671-33 info@klinik-fleetinsel.de

### Chirurgie & Orthopädie Eidelstedt

Lohkampstraße 12-14 22523 Hamburg Tel.: (040) 84 23 64 Fax: (040) 84 73 44 eidelstedt@hansechirurgie.de

### Chirurgie & Orthopädie Hoheluft

Straßenbahnring 15 20251 Hamburg Tel.: (040) 4 22 77 27 Fax: (040) 4 22 96 62 hoheluft@hanseorthopaedie.de

### Chirurgie & Orthopädie Bergedorf

Alte Holstenstraße 16 21031 Hamburg Tel.: (040) 72 57 51 10 Fax: (040) 72 57 51 13 bergedorf@hansechirurgie.de

Gesetzliche Krankenkassen Private Krankenversicherungen Selbstzahler

rem Portfolio." In der Klinik entwickelte winkelstabile Implantate kämen inzwischen auch in der internationalen Fußchirurgie zur Anwendung, so Walpert.

Auch im Bereich der Handchirurgie verfügt die Hanse Chirurgie über besondere Expertise: Dr. Janot Marleschki und Dr. Martin Wiemann bieten über die unterschiedlich spezialisierten Standorte verteilt das gesamte Spektrum der modernen Handchirurgie an. "Dazu gehören natürlich die häufigen Erkrankungen wie Karpaltunnelsyndrom, Schnappfinger, Dupuytren'sche Kontraktur und Überbein (Ganglion)", erklärt Marleschki: "Aber wir behandeln, abhängig vom Stadium der Erkrankung, auch Arthrosen am Daumensattelgelenk, den Fingern und am Handgelenk sowie Unfallfolgen und rheumatische Fehlstellungen, die eine individualisierte Therapie erfordern."

### PROF. DR. DIRK ARNOLD

Asklepios Klinik Altona

# Krebsbehandlung

## Neues Beratungsangebot führt Patienten und Behandler enger zusammen



as ist, wenn Sie so wollen das "Herzstück", die "Home Base' unseres Tumorzentrums", beschreibt Prof. Dr. Dirk Arnold die neue Interdisziplinäre Beratungsstelle des Asklepios Tumorzentrums Hamburg an der Klinik Altona. "Ein fester Ort, an dem Krebspatienten und ihre Angehörigen mit allen relevanten Behandlern zusammenkommen", erklärt der Chefarzt der Abteilung für Onkologie mit Sektion Hämatologie der Asklepios Klinik Altona weiter. Oft ist der Therapieverlauf für Krebspatienten unübersichtlich und verwirrend. Fragen wie "Wo muss ich mich eigentlich zuerst melden?" oder "Wer klärt mich eigentlich wie auf und bindet mich

in die Behandlung ein?" plagen viele Betroffene. Mit dem Pilotprojekt sollen wie an einem "Runden Tisch" alle Experten der Klinik sowie der kooperierenden externen Partner, wie etwa Arztpraxen, von der Di-

### "Das ist das Herzstück' unseres Tumorzentrums."

agnostik über die OP bis hin zur Nachbehandlung mit Patienten und deren Angehörigen zusammenkommen. In einer ruhigen, geschützten Gesprächszone. "Wir geben unseren Patienten damit die Sicherheit, dass sie keine Information vorenthalten bekommen. Die Experten der Klinik und der Partner außerhalb unseres Hauses beraten aus einer Hand. Der Patient weiß, was alle Behandler wissen", so Prof. Arnold.

Durch die engere Einbindung der Patienten kann zudem stärker auf die persönlichen Situationen eingegangen werden. Denn stehen in den Tumorboards eher rein medizinische Aspekte im Vordergrund, können diese Gespräche auch hinsichtlich patientenbedingter Einflussfaktoren eine wichtige Ergänzung zur Feinjustierung der Therapie sein. In einem eigenen Projekt zur Versorgungsforschung planen die Krebspezialisten der Asklepios Klinik Altona, zu untersuchen, ob sich durch die engere Einbindung der Patienten nicht nur deren Zufriedenheit mit der Beratung, sondern auch das therapeutische Ergebnis verbessern lässt. "Wir vermuten einen solchen Effekt", meint Prof. Arnold. "Denn sind die Patienten durch dieses Gesprächsangebot informierter, sind sie auch motivierter und aktiver dabei. Die Therapie kann somit noch optimaler auf das eigene Bedürfnis zugeschnitten werden." ◀

### Prof. Dr. Dirk Arnold Asklepios Klinik Altona Onkologie mit Sektion Hämatologie



Paul-Ehrlich-Straße 1 22763 Hamburg Tel.: (040) 18 18-81 12 11 www.asklepios.com/hamburg/altona

### Schwerpunkte

- Innovative medikamentöse Therapie
- Immuntherapie
- Darmkrebs
- Magen- und Speiseröhrentumoren
- Bauchspeicheldrüsenkrebs
- Multiples Myelom
- Urogenitale Tumoren
- Gynäkologische Tumoren
- Kopf-Hals-Tumoren
- Tumoren des Gehirns bzw. zentralen Nervensystems (ZNS)
- Lungenkrebs
- Indolente und aggressive Lymphome
- Akute und chronische Leukämien, MDS
- Gutartige Störungen der Blutbildung

Gesetzliche Krankenkassen Private Krankenversicherungen Selbstzahler



### PROF. DR. GERHARD GEBAUER, PRIV.-DOZ. DR. HOLGER MAUL

Asklepios Klinik Barmbek und Asklepios Klinik Nord – Heidberg



Zwei Kliniken - vier Bereiche - ein Team:

# Doppelspitze für die Frauenheilkunde



Prof. Dr. Gerhard Gebauer ist Chefarzt der gynäkologischen Abteilungen in den Asklepios Kliniken Barmbek und Nord

s erscheint auf den ersten → Blick ungewöhnlich, ist in den Augen aller Beteiligten aber ein zukunftsweisendes Modell: In den Asklepios Kliniken Barmbek und Nord leitet ein eingespieltes Team die Frauenkliniken gemeinsam. Prof. Dr. Gerhard Gebauer ist Chefarzt beider Abteilungen für Gynäkologie, während Priv.-Doz. Dr. Holger Maul als Chefarzt die Abteilungen für Geburtshilfe führt. "Wir kennen uns seit 22 Jahren und arbeiten schon sehr lange zusammen", erklärt Gebauer. Zuletzt hatten beide seit 2009 die Frauenklinik im Marienkrankenhaus gemeinsam geleitet. Diese Aufteilung habe sich sehr bewährt, da das Fachgebiet Gynäkologie und Geburtshilfe ein großes Spektrum abdecke, das eine besondere Spezialisierung erfordere. "Genau das haben wir durch unser Modell erreicht", ergänzt Maul: "Jeder hat seine fachlichen Schwer-

> "Unser Fachgebiet deckt ein großes Spektrum ab, das eine besondere Spezialisierung erfordert"

punkte, ohne dass wir die Mannschaft zerteilen. Hier haben wir die Besonderheit, dass wir mit der Asklepios Klinik Nord – Heidberg einen zweiten Standort haben, der geburtshilflich unter der Leitung

von Dr. Kornelia Gbur gut läuft, gynäkologisch aber deutlich ausgebaut werden muss. Dafür brauchen wir an beiden Standorten ständige Vertreter und eine Mannschaft, die nach einheitlichen Vorgehensweisen arbeitet."

## Besondere Expertise für Risikoschwangerschaften

Für die Patientinnen mit Risikoschwangerschaften hat das neue Modell den Vorteil einer höheren Spezialisierung der Abteilungen. So haben sich die Geburtshelfer in Barmbek auf Mehrlingsgeburten sowie Früh- und Mangelgeburten spezialisiert, bei denen die Kinder zu klein sind, so Maul: "Dazu gehören auch Kinder, die

### PROF. DR. GERHARD GEBAUER, PRIV.-DOZ. DR. HOLGER MAUL

Asklepios Klinik Barmbek und Asklepios Klinik Nord – Heidberg

"Ich stehe für die Betreuung von Risikoschwangerschaften, fördere aber auch die natürliche Geburt"

im Verlauf der Schwangerschaft unter der 10er-Perzentile liegen und im Mutterleib zum Beispiel unter einer Plazentainsuffizienz oder Infektionen litten oder chromosomale Anomalien aufweisen." Mit rund 3.000 Geburten im Jahr, acht Kreißsälen und vier Vorwehenzimmern gehört die Asklepios Klinik Barmbek bereits heute zu den größten und bestausgestatteten Geburtshilfen Deutschlands.

Mit derzeit etwa 1.800 Geburten pro Jahr ist die Asklepios Klinik Nord in Heidberg etwas kleiner, verfügt aber über eine eigene Kinderklinik und besondere Expertise bei der Betreuung von Schwangerschaften mit Fehlbildungen und Operationen von Fehlbildungen. "Hier errichten wir gerade ein neues Eltern-Kind-Zentrum", berichtet Maul. Das 16-Millionen-Euro-Projekt stehe kurz vor der Fertigstellung und solle die perinatologische Versorgung, also die Versorgung rund um die Geburt, im Norden Hamburgs und im Süden Schleswig-Holsteins noch einmal deutlich verbessern. Bereits heute ist die Klinik in Heidberg als "Babyfreundliches Krankenhaus" zertifiziert und steht damit für eine besondere Form der Betreuung, die die Bindung von Eltern und Kind fördern und stärken soll.

"Zusammen sind wir in der Lage, 7.000-8.000 Geburten zu betreuen, das ist international der Trend", erläutert Maul. So konzentriere sich die Geburtshilfe zum Beispiel in Dänemark, Schweden oder Holland in großen Perinatalzentren, in England würden in einem Zentrum 10.000-14.000 Geburten betreut. Die Bündelung von Risikoschwangerschaften schaffe mehr Sicherheit, trotzdem liege der Fokus immer auf der normalen Geburt, betont Maul: "Ich stehe dafür, dass ich Risikoschwangerschaften betreue, aber gleichzeitig die natürliche Geburt fördern will."

### Schwerpunkte der Gynäkologie

Auch in der Gynäkologie ermöglicht das neue Modell den Auf- und Ausbau besonderer Schwerpunkte. Grundsätzlich dienten beide Standorte weiter als Anlaufstellen für alle gynäkologischen Beschwerden, erklärt Gebauer. Dann werde gemeinsam entschieden, wo die Patientin optimal behandelt werden kann.

"In Heidberg bieten wir das gesamte Spektrum der normalen gynäkologischen Chirurgie mit Inkontinenz, Endometriose, Myomen, Blutungsstörungen inklusive ambulanter Eingriffe und Diagnostik an", so Gebauer. Mit der leitenden Oberärztin Dr. Meike Grüber verfügt die Abteilung zudem über eine ausgewiesene Spezialistin für die Behandlung von Endometriose und Myomen. Mit der Sacrofixation oder VASA/CESA-Operation hat Gebauer zudem ein sehr effektives und schonendes neues Verfahren zur Behandlung von Senkungszuständen der Beckenorgane und Dranginkontinenz eingeführt, das bisher nur wenige

Kliniken in Deutschland anbieten.

Die onkologische Gynäkologie hat dagegen ihren Schwerpunkt in Barmbek. Hier stehe das für große Tumoroperationen erforderliche Netzwerk zur Verfügung und werde noch weiter ausgebaut, sagt Gebauer: "Das reicht von modernsten diagnostischen Methoden der Radiologie über die operative Gynäkologie in Kooperation mit Urologie, Viszeralchirurgie, Anästhesie und Schmerztherapie bis hin zu palliativmedizinischer Versorgung und Systemtherapien, Psychoonkologie und sozialmedizinischer Beratung." Diese enge fach- und berufsgruppenübergreifende Zusammenarbeit habe einen ganz hohen Stellenwert in der Asklepios Klinik Barmbek und ein so komplexes Netzwerk lasse sich nicht einfach aus dem Boden stampfen, so Gebauer. Deshalb könnten sich Patientinnen aus dem Norden zwar in Heidberg zur Diagnostik und Planung der Behandlung vorstellen, eine etwaige Operation finde aber dann letztlich in Barmbek statt.

### Spezialsprechstunden an beiden Standorten

Zu den Themen allgemeine Gynäkologie, Myome, Dysplasien, Endometriose, Onkologie und Urogynäkologie sowie Pränataldiagnostik und Risikoschwangerschaften bieten die Frauenkliniken an beiden Standorten spezielle Sprechstunden an. "Diese Sprechstunden sind als ergänzendes Angebot zu den niedergelassenen Gynäkologen angelegt, mit denen wir bei der Betreuung der Patientinnen eng zusammenarbeiten", betont Gebauer.



Priv.-Doz. Dr. Holger Maul leitet die Abteilungen für Geburtshilfe in den Asklepios Kliniken Barmbek und Nord

### **Asklepios Klinik** Barmbek

Rübenkamp 220 22291 Hamburg



### Prof. Dr. Gerhard Gebauer, MHM, MBA

Tel.: (040) 18 18-82 10 00 Fax: (040) 18 18-82 18 49 www.asklepios.com/hamburg/ barmbek/experten/gynaekologie

### Priv.-Doz. Dr. Holger Maul, MMS, IBCLC

Tel.: (040) 18 18-82 88 99 Fax: (040) 18 18-82 18 49 www.asklepios.com/hamburg/ barmbek/experten/geburtshilfe

### **Asklepios Klinik** Nord - Heidberg

Tangstedter Landstraße 400 22417 Hamburg



### Prof. Dr. Gerhard Gebauer, MHM, MBA

Tel.: (040) 18 18-87 88 98 Fax: (040) 18 18-87 30 99 www.asklepios.com/hamburg/ nord/heidberg/experten/ frauenklinik-allgemeine-gynaekologie

### Priv.-Doz. Dr. Holger Maul, MMS, IBCLC

Tel.: (040) 18 18-87 88 99 Fax: (040) 18 18-87 18 49 www.asklepios.com/hamburg/ nord/heidberg/experten/ frauenklinik-geburtshilfe









# Schlaflos in Hamburg

## Schlafprobleme fast verdreifacht

schlafen immer schlechter. Vor allem Probleme beim Einund Durchschlafen haben mittlerweile 80 Prozent der Hamburger. Das ergab nun eine aktuelle DAK-Umfrage. War es vor sieben Jahren noch jeder Zweite, so kann heute nur noch jeder Fünfte ohne Probleme schlafen. "Schlaflosigkeit beeinflusst nicht nur die Lebensqualität der Betroffenen, sondern kann auch zu schweren gesundheitlichen Problemen führen", warnt Dr. Andrea Iwansky, Fachärztin für Innere Medizin und Schlafmedizin aus Hamburg. Forscher fanden jetzt heraus, dass durch Schlaflosigkeit das Risiko für Herzinfarkte und Schlaganfälle erheblich erhöht wird. "Schlaflosigkeit kann zudem den Stoffwechsel und die endokrine Funktion - also unseren Hormonhaushalt - verändern und die entzündlichen Zytokine erhöhen. Alle diese Faktoren verstärken das Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Schlaganfälle", erklärt Dr. Iwansky. Aber auch sonst sind Schlafprobleme nicht zu verniedlichen. Das Risiko, ei-

"Schlafstörungen können zu schweren gesundheitlichen Problemen führen."

nen Verkehrsunfall zu verursachen, erhöht sich um das Zweieinhalbfache. Die Wahrscheinlichkeit eines Arbeitsunfalls ist sogar sieben Mal höher als bei Menschen ohne Schlafstörungen. "Menschen mit Schlafproblemen sollten sich professionelle Hilfe suchen", rät der Schlafexperte Dr. Johannes Wiedemann. Von einer Schlafstörung sprechen Ärzte, wenn wir mehr als vier Wochen am Stück mindestens drei Mal pro Woche wach liegen. "Die Ursachen sind nicht immer eindeutig", so Dr. Wiedemann weiter. "Stress, psychische Probleme, körperliche Schmerzen, Krankheiten, Nebenwirkungen von Medikamenten oder auch hormonelle Umstellungen können den Schlaf beeinträchtigen. Deshalb bedarf es bei lang andauernder Schlaflosigkeit einer intensiven Ursachenforschung." Oftmals steckt auch

eine Verkettung von verschiedenen Störungen dahinter. Eine gute Abklärung von möglichen Ursachen gibt auch das Schlaflabor. Dort wird mittels Elektroden der Schlaf des Patienten grundlegend analysiert. Gemessen werden verschiedene nächtliche Körperfunktionen wie Hirnströme, Atmung, Augenbewegungen oder auch die Sauerstoffsättigung des Blutes. Aus diesen Messwerten wird ein individuelles Schlafprofil erstellt, welches Aufschluss über mögliche Störungen gibt. 4



Dr. Andrea Iwansky und Dr. Johannes Wiedemann Fachärzte für Innere Medizin/ Lungen- und Bronchialheilkunde (Pneumologie), Schlafmedizin und Allergologie, Hamburg

### DR. DANIEL KLASE

# Operationen und Schrittmacher gegen den Nervenschmerz

ührt eine Einengung, Erkrankung oder Verletzung eines Nerven zu chronischen Schmerzen, können Medikamente oft nicht viel ausrichten. Ein typisches Beispiel für ein solches neuropathisches Schmerzsyndrom ist das Karpaltunnelsyndrom, bei dem eine Engstelle im Bereich der Handwurzel den

### "Entscheidend ist immer der Leidensdruck des Patienten."

Medianus-Nerven so einquetscht, dass es neben Gefühlsstörungen wie Kribbeln und Taubheitsgefühl auch zu starken Schmerzen in den Fingern, der ganzen Hand oder sogar ausstrahlend im Arm führt. Ähnliche Engpasssyndrome können am Ellbogen, in der Leiste oder auch an den Beinen (z.B. Ischialgie) auftreten. Ein Bandscheibenvorfall oder eine Spinalkanalstenose können die Nervenfasern oder das Rückenmark so stark einengen, dass es zu ausstrahlenden Schmerzen in den Beinen, Gefühlsstörungen, Lähmungen und Blasenschwäche kommt. Auch Tumoren wie das sogenannte Schwannom können für die Beschwerden verantwortlich sein. "Typisch für die Neuropathie ist ein brennender, lancierender Schmerz, der einschießt oder auch dauerhaft besteht", erklärt Dr. Daniel Klase. "Spürbar wird er vor allem in Ruhe oder wenn man zur Ruhe kommen möchte. Gerade das ist für die Betroffenen extrem belastend." Der Neurochirurg und Spezielle Schmerztherapeut hat sich auf interventionelle und operative Therapien neuropathischer Schmerzen spezialisiert, die zum Einsatz kommen, wenn Medikamente über längere Zeit keine ausreichende Linderung bringen oder ihre Nebenwirkun-



gen den Alltag zu sehr belasten. Entscheidend ist die Schmerzstärke: "Wenn der Schmerz auf einer Zehnerskala ständig über fünf liegt, sollten Patienten eine Zweit- oder sogar Drittmeinung dazu einholen, ob es Alternativen zu den Medikamenten gibt."

Keine Zeit verlieren sollten Patienten, wenn eine Nervenverletzung zu einer starken Lähmung geführt hat, sich zum Beispiel die Faust nicht mehr richtig schließen oder öffnen lässt. Dann sollte per

Ultraschall oder Kernspintomographie geklärt werden, ob eine Operation mittels direkter Nervennaht oder zum Transfer eines Nerven erfolgversprechend ist. Das sollte bei akuten Verletzungen möglichst innerhalb weniger Stunden erfolgen, rät Klase. Bei älteren Läsionen hat man mehr Zeit. Verursacht ein Nervenschaden dagegen nur Schmerzen aber keine Funktionsausfälle, sollte zunächst versucht werden, den Schmerz mit Medikamenten in den Griff zu bekommen. Leidet

ein Patient aber mindestens 6-12 Monate unter starken neuropathischen Schmerzen, obwohl die gesamte konservative Schmerztherapie (inkl. stärksten Opiaten, Lyrica, Gabapentin und Carbamazepin in verschiedenen Dosierungen, Infiltrationstherapien und TENS) versucht wurde, könne eine Operation sinnvoll sein.

Die Eingriffe führt der Neurochirurg in der Facharztklinik Hamburg oder in der Praxisklinik Bergedorf durch, die für Neuround Wirbelsäulenchirurgie ausgerüstet sind. Bei Verletzungen und Schädigungen von Nerven, die nicht mehr operativ zu behandeln sind, setzt Klase auf die Rückenmarkstimulation oder direkte periphere Nervenstimulation mit einem speziellen Schrittmacher, der die Schmerzempfindung überlagert und so lindern oder gar ausschalten kann.

Dr. Daniel Klase Facharzt für Neurochirurgie, Spezielle Schmerztherapie

neuro rothenbaum Rothenbaumchaussee 3 20148 Hamburg Tel.: (040) 41 46 91 73 Fax: (040) 41 46 91 74



### Schwerpunkte

- Operative Therapie von Engpasssyndromen und Nervenverletzungen
- Wirbelsäulenoperationen
- Nervenverletzungen
- Neuropathische Schmerzen
- Periphere Nervenstimulation
- Rückenmarkstimulation
- Interventionelle Schmerztherapie

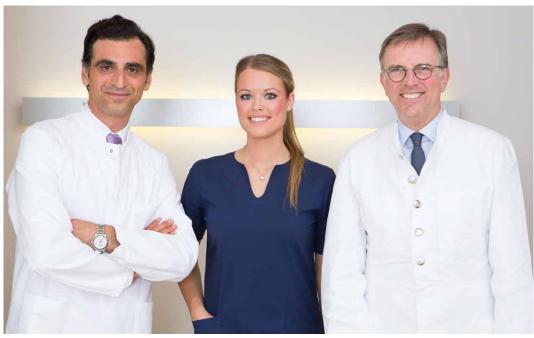
Gesetzliche Krankenkassen Private Krankenversicherungen Selbstzahler

### PROF. DR. HENNING NIEBUHR

Hanse-Hernienzentrum Hamburg

▼ roße Narbenbrüche in der Bauchwand stellen selbst für sehr erfahrene Chirurgen eine besondere Herausforderung dar. Vor allem nach schweren Entzündungen des Bauchfells oder der Eingeweide kommt es mitunter zu Rissen in der vernarbten inneren Bauchwand, durch die ganze Organe wie Magen, Darm, Leber und Milz aus der Bauchhöhle austreten und einen riesigen Bruchsack unter der Haut bilden.

Sobald der überwiegende Anteil der Organe außerhalb der Bauchhöhle liegt, spricht man von einem verlorenen Heimatrecht (engl. Loss of domain) der Organe. Sie können nicht mehr in die Bauchhöhle zurückrutschen, da diese im Verlauf dieser Entwicklung immer kleiner und enger wird. Das sei eine



Dr. Halil Dag, Teamleiterin Kendra Klement und Prof. Dr. Henning Niebuhr im Hanse-Hernienzentrum am Standort Eppendorf

### Große Narbenbrüche

## Wenn es schwierig wird, kann Botox helfen

gefährliche Situation für den Patienten und ein riesiges Problem für den Chirurgen, erklärt Prof. Dr. Henning Niebuhr. Der Facharzt für Chirurgie und spezielle Viszeralchirurgie hat sich auf die

Hanse-Hernienzentrum Hamburg

Eppendorfer Baum 8 20249 Hamburg Tel.: (040) 41 46 90 04



Alte Holstenstraße 16 21031 Hamburg Tel.: (040) 72 5751 15 post@hanse-hernienzentrum.de www.hanse-hernienzentrum.de

### Schwerpunkte

- Bauchwandbruch
- Leistenbruch
- Nabelbruch
- Narbenbruch
- Schenkelbruch
- Zwerchfellbruch
- Sportlerleiste Loss of Domain

Private Krankenversicherung Gesetzliche Krankenkassen Selbstzahler

Behandlung von Eingeweidebrüchen spezialisiert und 2007 mit dem Hanse-Hernienzentrum eine hochspezialisierte Einrichtung mit Standorten in Eppendorf und Bergedorf sowie mittlerweile vier klinischen Abteilungen (Bethesda-Krankenhaus, Praxisklinik Bergedorf, Facharztklinik Eppendorf, Klinik Fleetinsel) gegründet. Als einer der bundesweit führenden Spezialisten auf diesem Gebiet wird Niebuhr immer wieder mit den besonders komplizierten Fällen konfrontiert und muss schnellstmöglich dafür sorgen, dass die verlagerten Organe wieder in die Bauchhöhle zurückkehren und auch dort bleiben.

"Die großen Narbenbrüche sind die riskantesten Operationen, mit denen wir es zu tun bekommen", erklärt Niebuhr. Doch eine Alternative gibt es nicht. Das größte Problem sei, dass sich die Bauchhöhle nach dem Austritt der Organe in der Regel verkleinert. "Es ist entscheidend, dass wir alle Schichten der Bauchwand bearbeiten können", erläutert Niebuhr. "Vor allem müssen wir die Hüllen der geraden Bauchmuskeln aufschneiden, um die hinteren Blätter der Muskelhüllen zu mobilisieren. Denn darauf legen wir ein großes Kunststoffnetz und verschließen so nach dem Zurückschieben der Organe die Lücke." Haben sich die Muskeln aber bereits zu weit zurückgezogen, lässt sich das Loch nur unter Spannung verschließen, was den Druck in der Bauchhöhle gefährlich erhöht. Ein Lösungsansatz dieses Problems ist die sogenannte Komponenten-Separation nach Ramirez, erklärt Niebuhr: "Dabei beziehen wir die Hüllen der seitlichen Bauchmuskeln mit ein und gewinnen so bis zu fünf

"Die großen Narbenbrüche sind die riskantesten Operationen, mit denen wir es zu tun bekommen."

Zentimeter mehr Flexibilität pro Seite." Darüber hinaus setzt der Hernienspezialist in komplizierten Fällen auf das aus der Schönheitschirurgie bekannte Botox®. Das starke Nervengift wird vier bis sechs Wochen vor der Operation unter Ultraschallkontrolle in die seitlichen Bauchmuskeln gespritzt, die so für einige Wochen gelähmt werden und den Chirurgen die Möglichkeit geben, die Bauchwand sicher zu verschließen. "Das ist keine Revolution, aber ich bin sehr froh, dass wir diese Möglichkeit nun im Repertoire haben", so Niebuhr. Schließlich sind diese Operationen viel riskanter und komplizierter, als die Leistenhernien, Nabelbrüche oder kleinen Bauchwandbrüche, mit denen wir es täglich zu tun haben.



### DR. NICOLAI SCHURBOHM

Rückenzentrum Am Michel

## Warum tut der Rücken – immer noch – weh?

### Hilfe bei anhaltenden Wirbelsäulenschmerzen

ückenschmerzen zählen zu den am weitesten verbreiteten körperlichen Beschwerden unserer Zeit. Fast jeder hat seinen Rücken schon einmal zu spüren bekommen. Oft verschwinden die Rückenschmerzen durch Bewegung und Wärmebehandlung wieder. "Bei vielen entwickelt sich der Rückenschmerz jedoch zu einer immer wiederkehrenden Problematik, die im schlimmsten Fall chronisch werden kann", beschreibt Dr. Nicolai Schurbohm, Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie im Rückenzentrum Am Michel. Der Arzt und Schmerztherapeut mit Zusatzausbildungen wie der Speziellen Schmerztherapie, der Manuellen Therapie / Chirotherapie und der Akupunktur sowie einer langjährigen Tätigkeit in der Wirbelsäulenchirurgie kümmert sich um die Fälle, die durch die herkömmliche Therapie keine ausreichende Besserung erfahren haben. "Zu mir kommen Patienten, die bereits nach längerer Behandlung immer noch Rückenschmerzen haben oder eine zweite Meinung vor einer Operation haben möchten", sagt Dr. Schurbohm. Erstes Ziel ist dann, zu klären, warum ein Patient auch nach vielen Behandlungen oder Operationen immer noch unter Schmerzen leidet. Hierzu setzt Dr. Schurbohm das ganze diagnostische Spektrum ein. Insbesondere helfen gezielte Spritzen im Rahmen der Stufendiagnostik, den Ort der Schmerzen zu lokalisieren. Oft seien Rückenschmerzen eine Mischung aus drei Hauptkomponenten: "Zum einen haben Patien-

"Ich helfe Menschen mit komplizierten oder langwierigen Rückenleiden."

ten sogenannte strukturelle Beschwerden wie etwa Bandscheibenvorfälle oder Verschleiß. Hinzu kommen funktionelle Befunde, wie beispielsweise ein gestörtes Zusammenspiel von Muskeln und Gelenken. Und nicht selten finden wir auch ein "Schmerzgedächtnis". Hier ist unser Schmerzsystem - die "Alarmanlage" unseres Körpers - so weit hochgeregelt und überempfindlich geworden, dass unser Gehirn früher, stärker und länger Schmerzen meldet."

In individuellen Behandlungsplänen werden dann gezielte spezifische Therapien verordnet. Das können z.B. eine medikamentöse Behandlung oder Spritzen sein,





Verödungen von Facettengelenken, die Manuelle Therapie, Akupunktur, gezieltes physiotherapeutisch angeleitetes Training oder eine multimodale Schmerztherapie. "Wir helfen dem Patienten, die Empfindlichkeit seiner Schmerzalarmanlage durch ein spezielles körperliches und ein geistiges Training zurückzudrehen." Dafür gibt es im Rückenzentrum Am Michel alle Spezialisten und therapeutischen Möglichkeiten direkt vor Ort.

Dr. Schurbohm grenzt die Schmerzursache mit einer genauen körperlichen Untersuchung und gezielten Spritzen ein und gleicht diese mit den radiologischen Befunden ab

### Rückenzentrum Am Michel

Ludwig-Erhard-Straße 18 20459 Hamburg Tel.: (040) 413 623-0 Fax: (040) 413 623-518 info@ruecken-zentrum.de www.ruecken-zentrum.de



### Schwerpunkte

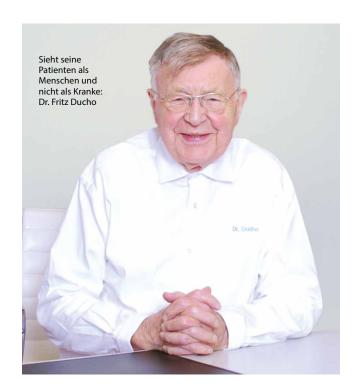
- Akute und chronische Schmerzen des Bewegungsapparates
- Orthopädie
- Schmerztherapie
- Manuelle Medizin

Private Krankenversicherungen Selbstzahler

Gesetzliche Krankenkassen (Tagesklinik für multimodale Schmerztherapie)

b berühmte Schauspieler, Politiker, Schriftsteller oder Unternehmer: Viele vertrauten ihm ihre Gesundheit an. Und das über Generationen. Dr. Fritz Ducho, der in Burg bei Magdeburg geboren wurde und eigentlich zunächst lieber Altphilologe und Historiker werden wollte, entschied sich nicht zuletzt aufgrund seiner Kriegs- und Nachkriegserfahrungen schnell um.

"Du musst etwas Nützliches tun, sagte ich zu mir", resümiert der 89-Jährige. "Heute mache ich das genaue Gegenteil von meinem ersten Karrieretraum im Elfenbeinturm." Damit ist er eines der ältesten Mitglieder der Kassenärztlichen Vereinigung Hamburgs. Und einer der ersten Medizinstudenten im damals geteilten Deutschland an der Universität Halle - mit Stationen an der Charité und den



# Lieber Herr Dr. Ducho, wir danken Ihnen

Krankenhäusern in Berlin-Buch und Friedrichshain. Mit 23 war Dr. Ducho bereits Arzt, mit 34 Facharzt für Innere Medizin. "Durch einen glücklichen Umstand bin ich noch am Tag des Mauerbaus nach West-Berlin und wenig später nach Hamburg gekommen", erinnert sich Dr. Ducho. Nach einer Tätigkeit als Assistenzarzt im Gefängnis-Zentralkrankenhaus und Oberarzt am Israelitischen Krankenhaus gründete er 1967 seine eigene Praxis. "Duch" ist slawisch und bedeutet "Seele, Geist".

### Begegnungen mit Menschen als Erlebnis

"Mich interessierte immer schon, was die Welt im Innersten zusammenhält." So sieht Dr. Ducho seine Patienten als seelisch bestimmte Wesen und nicht nur als reine Funktionswelt. "Ich möchte nie die Seele des Menschen vergessen. Denn sehr vieles wird geleitet vom Unterbewusstsein." So ist Dr. Ducho einer der Ersten, die sich in der Neurosenlehre, im autogenen Training und in der Psychotherapie weiterbilden ließen. "Ganz wichtig ist für mich die Beziehung Arzt -Patient. Ich sehe den Patienten als

Menschen, nicht als Kranken", beschreibt Dr. Ducho seine Passion. "Und die Anamnese ist eine hohe Kunst und gehört zum Arzt wie zum Maurer die Kelle."

### Ganzheitliches Handeln seit jeher

So ist für den Arzt aus Leidenschaft besonders die Kontaktaufnahme wichtig. Dr. Ducho lässt seine Patienten erst einmal erzählen und macht sich ein Bild von ihnen: Was machen sie, wie leben sie, haben sie Kinder und wie sind ihre Pläne?

"Das Erfassen der körperlichen und seelischen Situation und der Umwelt des Patienten sind die Grundlage, um den Patienten auch zu betreuen", meint Dr. Ducho. Und der Patient soll darüber hinaus gut über seine Erkrankung aufgeklärt und informiert sein. "So hat er zu uns größeres Vertrauen und auch die Erfolgsquote der Behandlung ist höher - der Patient ,versteht' seine Krankheit und macht besser mit." Doch nicht nur "seinen" Patienten widmete er sich - Dr. Ducho hatte auch eine Leidenschaft für neue technische Hilfsmittel in der Medizin. Ganz nach dem Motto, das, was bewährt ist, zu bewahren und Neues zu fördern. Als einer der Ersten setzte er etwa in Hamburg die Ultraschalldiagnostik in der Inneren Medizin ein - heute nahezu in jeder Praxis selbstverständlich. "Damals – das war 1978 – mussten wir noch über 650 Kilometer zur Schulung fahren", erinnert er sich. Jetzt – zum Ende des Jahres – fällt der Vorhang nach über 65 Jahren Tätigkeit als Arzt und Hausarzt. Wir vom Hamburger Ärztemagazin sagen einem Arzt Danke, der mit Leib, Seele und Leidenschaft seinen Beruf liebte. Weitab vom ökonomischen Denken - Dr. Ducho spricht oft von der leidigen Ökonomisierung der Medizin. "Aber jede Begegnung mit Menschen ist ein Erlebnis", meint Dr. Ducho. "Da kommt auch sehr viel zurück. Doch das ist heute immer mehr verloren gegangen." Und was macht Dr. Ducho jetzt? "Ich habe nun endlich Zeit für die Weltliteratur, werde also das persönliche Lesen und das Musikhören nachholen. Ich halte es wie in meiner aktiven Zeit. Ich will niemandem etwas überstülpen, will ständig dazulernen und bleibe weiterhin sehr neugierig!" ◀



"Von einem guten Arzt wünscht man sich hohe Fachkompetenz,

Verständnis und Zeit und bei einem akuten Problem die richtige Weichenstellung, sofort! Genau so ist Dr. Ducho. Besser kann man sich ärztliche Betreuung gar nicht wünschen!"

Prof. Dr. Christian Arning, Facharzt für Neurologie und Psychiatrie



"Alle meine Bekannten und Patienten, die Dr. Ducho

betreut hat, haben von ihm geschwärmt - wegen der fachlichen Kompetenz und vor allem, weil er immer für sie Zeit zu haben schien. Ich habe ihn mal nach seinem Alter gefragt, da er ja sehr lange aktiv war. Die Antwort: Das sage ich Ihnen nicht, das wäre geschäftsschädigend."

Prof. Hartwig Huland, Gründer und leitender Arzt der Martini-Klinik



"Ein leidenschaftlicher Fürsorger und Internist mit Leib und Seele!"

Dr. K. Ahmadi-Simab, Geschäftsführender Ärztlicher Direktor Klinikum Stephansplatz



"Seine ungebrochene Aktivität in fortgeschrittenem Alter ist für mich

zum Vorbild geworden."

Prof. Dr. Joachim Schofer, Medizinisches Versorgungszentrum, Prof. Mathey, Prof. Schofer



"Ein leidenschaftlicher Mediziner, Vorbild und extrem geschätzter

Kollege und Ratgeber. Schade, dass er schon aufhört."

Prof. Dr. Volker Steinkraus, Gründer und Leiter Dermatologikum Hamburg

### DR. SEBASTIAN SCHNEIDER

### "Man muss sich selbst und seinem Körper auch mal Zeit geben."

eine wichtigsten Instrumente hat Dr. Sebastian Schneider immer dabei: seine Hände. Bis auf operative Eingriffe deckt der Orthopäde und Sportmediziner in seiner Praxis das gesamte Spektrum seines Fachgebiets ab, doch sein besonderer Schwerpunkt liegt in der manuellen Medizin: "Ich arbeite vor allem mit den Methoden der Manuellen Therapie nach Karel Lewit, Jochen Sachse und Karla Schild-Rudloff", erläutert Schneider. Anders als die amerikanische Chirotherapie sei diese Schule eher neurologisch geprägt. "Wir renken nicht nur ein, sondern kümmern uns mehr um die Muskeln und Weichteile."

Gerade Rückenschmerzen und Bandscheibenprobleme hätten oft muskuläre Ursachen und ließen sich daher gut mit den Methoden der Manuellen Medizin behandeln, erklärt Schneider. Und das gelte sogar für viele Patienten, denen bereits zur Operation geraten wurde: "Wenn man sich genügend Zeit für die konservative Behandlung lässt, ist in den allermeisten Fällen keine Operation nötig. Wir müssen dem Körper die Gelegenheit geben, sich selbst zu heilen." Auch Schulter- und Nackenbeschwerden bekommt Schneider meist in den Griff: "Heute sitzen die Menschen stundenlang am Computer. Das führt zu Beschwerden, die sich gut manualtherapeutisch behandeln lassen." Das gelte auch für viele Hüft-, Knie- und Sprunggelenksprobleme. "Letztlich gehört



Bei der manuellen Therapie werden Muskeln und Faszie mit bestimmten Griffen und Ausstreichungen behandelt



# Heilende Hände

das alles zusammen", so Schneider: "Wenn Patienten mit einem Bandscheibenvorfall oder Schulterschmerzen kommen, schaue ich mir deshalb immer den ganzen Körper an - von den Kopfgelenken bis zu den Zehen. Das dauert zwar etwa 45 Minuten, aber die Patienten profitieren sehr davon." Je nachdem, wo die Ursache der Beschwerden liegt, behandelt Schneider die Wirbelgelenke, die Muskulatur oder die Faszie manualtherapeutisch. In Einzelfällen kann aber auch eine gezielte Spritze die Schmerzen lindern. "Früher hielt man Faszien für Häute, die die einzelnen Muskeln umhüllen. Heute halten wir die Faszien eher für ein den ganzen Körper durchdringendes System. Es lassen sich sogar Flüssigkeitsströme innerhalb dieser Faszie nachweisen", erklärt Schneider die Grundlage der manuellen Therapie: "Kommt es zu Verspannungen, lösen wir die re-

sultierenden Knötchen durch bestimmte Griffe wieder auf, streichen sie aus und kurbeln so den Flüssigkeitsstrom wieder an."

### Spezialist für Sportler aller Altersklassen

Neben seiner Praxis in der Hallerstraße hat Schneider noch ein zweites Standbein: Als Sportmediziner ist er in der Helios ENDO-Klinik für das Medizinische Versorgungszentrum argon Orthopädie tätig, wo er gemeinsam mit seinem Kollegen Dr. Volker Carrero die Profifußballer des FC St. Pauli als Mannschaftsarzt betreut. Auch zahlreiche Tänzer, Musicaldarsteller und Hockeyspieler verlassen sich bei Problemen mit dem Bewegungsapparat auf Schneiders Expertise. Dank seiner Zusatzqualifikation "Manuelle Therapie bei Kindern" bekommt es Schneider aber auch in seiner Praxis immer wieder mit Fußballern zu tun: "Häufig kommen die kleinen Kicker mit etwa neun Jahren zum ersten Mal mit Knieschmerzen, nachdem sie in der Wachstumsphase gefühlte acht Stunden am Tag Fußball gespielt haben."◀

**Dr. Sebastian Schneider** Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie



Hallerstraße 76 20146 Hamburg Tel.: (040) 41 35 59 07 www.doktorschneider.de

### Schwerpunkte

- Konservative Orthopädie
- Manuelle Medizin (Kinder und Erwachsene)
- Sportmedizin
- Sportorthopädischer Checkup

Private Krankenversicherung Selbstzahler

### PRIV.-DOZ. DR. JULIA HOLLER-WALDMANN

MIVENDO-Klinik

ästiges Nässen, Jucken, Brennen oder Bluten am Po und häufig ein Fremdkörpergefühl beim Stuhlgang. Fast jeder zweite Deutsche leidet an Hämorrhoiden. "Wir alle haben am Darmausgang ein gut durchblutetes ringförmiges Gewebepolster das Hämorrhoidalgeflecht", erklärt Priv. Doz. Dr. med. Julia Holler-Waldmann, Leiterin der Hamburger MIVENDO-Klinik. "Es ist wichtig, denn dadurch wird der Darm sicher abgedichtet. Erweitert sich jedoch dieses Geflecht, kann es unangenehm und in wenigen Fällen auch gefährlich werden", warnt die Fachärztin für Allgemeine Chirurgie und Viszeralchirurgie mit langjähriger Erfahrung an einem universitären Beckenbodenzentrum. Als wichtigster Auslöser gilt zu starkes Pressen und Nachpressen beim Stuhlgang - beispielsweise bei chronischer Verstopfung. Ebenso können anhaltender Husten, körperlich anstrengende Tätigkeiten oder zu langes Sitzen Hämorrhoiden begünstigen. Zudem nimmt im Alter die Stärke des Bindegewebes ab. Von alleine bessert sich das Leiden in der Regel nicht. Sind die Erweiterungen der Hämorrhoiden noch klein, helfen



"Die Versiegelung ist das schmerzärmste Verfahren durch eine nur minimale lokale Wärmeausbreitung."

haben. Oft bleibt jedoch ein unangenehmes Fremdkörpergefühl – das sich wie ein 'Knubbel' anfühlt." Daher setzt die Chirurgin die innovative BiClamp-Methode ein - die sogenannte segmentale Hämorrhoiden-Resektion mit Versiegelungstechnik. "Das ist eine Weiterentwicklung der konventionellen Segmentresektion", sagt Dr. Holler-Waldmann. "Dabei wird das Gefäß einfach versiegelt." Das ist das schmerzärmste Verfahren durch eine nur minimale lokale Wärmeausbreitung. Die Vorteile liegen in einer kurzen Operationsdauer, weniger Nachblutungen und sparsamer Entfernung der Analschleimhaut. Parallel zu einer Behandlung sollten Patienten aber dauerhaft ihre Lebensweise umstellen. Eine gesunde ballaststoffreiche Ernährung, ergänzt durch z.B. Flohsamenschalen, ausreichend Flüssigkeit und viel Bewegung sorgen für eine gute Verdauung und beugen Verstopfung vor.

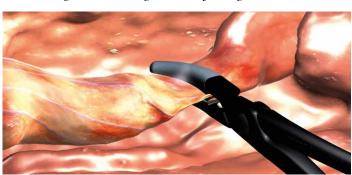
# Hämorrhoiden

## Innovatives OP-Verfahren mit Gefäßversiegelung hilft schonend

zur Linderung neben Salben und Zäpfchen in aller Regel konservative Maßnahmen wie Sklerosierung oder Gummibandligatur. Vergrö-Berte Hämorrhoiden sollten aber in jedem Fall ernst genommen werden, denn wenn sie aus dem After herausrutschen, können sie eingeklemmt und ihre Blutzufuhr abgeschnitten werden. Dann bildet sich leicht eine Thrombose. Insbesondere thombosierte Hämorrhoiden können erhebliche Schmerzen hervorbringen. Die Verkleinerung von Hämorrhoiden ab dem ersten Grad erfolgt überwiegend mit der sogenannten Sklerosierungstherapie, der Verödung mittels Injektion entsprechender Substanzen. Alternativ wird ab Grad 2 die Gummibandligatur angewendet. Im Gegensatz dazu werden höhergradige

Hämorrhoiden (Grad 3 und 4) chirurgisch entfernt, da die Gewebemasse durch konservative Verfahren nicht mehr zurückzudrängen ist. "Nachweisbare und in klinischen Studien belegte wirksame therapeutische Effekte sind beim Hämorrhoidalleiden nur von einer Sklerosierung, Gummibandligatur

und bei größeren Hämorrhoiden (oder Versagen der konservativen Therapie) von einer Operation zu erwarten", weiß Dr. Holler-Waldmann. "Wir sind besonders auf die operative Behandlung höhergradiger Hämorrhoiden spezialisiert, wobei die einzelnen Verfahren ihren jeweiligen Indikationsbereich



Bei der neuen BiClamp-Methode wird das Gefäß einfach versiegelt

Mivendo-Klinik GmbH & Co. KG Priv.-Doz. Dr. Julia Holler-Waldmann Spitalerstraße 8

20095 Hamburg Tel.: (040) 21 11 66-0 Fax: (040) 21 11 66-99 info@mivendoklinik.de www.mivendoklinik.de



### Leistungen

- Minimalinvasive Chirurgie
- Endokrine Chirurgie
- Allgemeinchirurgie
- Viszeralchirurgie
- Hernienchirurgie
- Onkologische Chirurgie
- Gefäßchirurgie
- Proktologie

Private Krankenversicherungen Selbstzahler

### PROF. DR. THORSTEN BACH

Asklepios Klinikum Harburg

## Gutartige Prostatavergrößerung

# Schonende Operation mit dem Wasserstrahl

twa jeder vierte Mann über 50 Jahre hat eine stata. Rund 60.000 Männer pro Jahr lassen ihre Vorsteherdrüse operieren, weil sie zu Problemen beim Wasserlassen führt. Bisher sind drei unterschiedliche Verfahren etabliert: Bei der klassischen Prostataresektion (TURP) trägt der Arzt das überschüssige Prostatagewebe von der Harnröhre

"Ich bin fest davon überzeugt, dass dieses Verfahren die Prostatatherapie nachhaltig verändern wird."

aus mit einer heißen Schlinge ab. Bei der Laserenukleation wird das Gewebe per Laser ausgeschält und abgesaugt und bei der vor allem bei Blutungsneigung eingesetzten Laservaporisation wird es verdampft. In der Asklepios Klinik Harburg kommt nun, erstmals auf dem europäischen Kontinent, ein noch sanfteres Verfahren zum Einsatz: der im Silicon Valley entwickelte "AquaBeam"-OP-Roboter. Er entfernt das überschüssige Gewebe besonders präzise und schonend mit einem ultraschallgesteuerten Wasserstrahl - ganz ohne Hitzeeinwirkung wie beim Laser und ohne mechanische Schlinge wie beim TURP-Verfahren.

### **Innovative Technik**

Beim AquaBeam handele es sich um ein komplett neues Therapiekonzept, erklärt Bach: Bisher schaute der Operateur durch die Harnröhre und entfernte das überschüssige Gewebe unter Sicht entweder mit einer elektrischen Schlinge oder mit dem Laser. Dieser Eingriff ist schwierig zu erlernen und das Ergebnis hängt deshalb extrem von der Erfah-





gebung zum Tragen. Die Pros-

tata lässt sich mit einer Sonde im

Enddarm sehr gut per Ultraschall

darstellen und das nutzt der Aqua-

Beam-Roboter für die Planung

und Steuerung des Eingriffs. Das

bedeutet, dass der Arzt das abzutra-

gende Gewebe im Ultraschallbild

markiert und der Roboter gleich

im Anschluss vollautomatisch ge-

nau den markierten Bereich per

Hochdruckwasserstrahl abträgt.

Das ist im Grunde wie in der in-

dustriellen Fertigung", so Bach:

"Da wird im PC ein Bauteil kon-

struiert und dann per Wasserstrahl

oder Laser aus einem Metallblock

herausgefräst. Das Gleiche pas-

siert hier im Endeffekt auch." Die

Düse wird in einer Pendelbewe-

gung Schritt für Schritt durch die

Harnröhre geführt. Das Ausmaß

der Pendelbewegung steuert der

ten, die OP selbst sogar nur fünf Minuten, während Laserverfahren und klassische Operation in

der Regel mindestens eine Stunde

### Wenig Nebenwirkungen

dauern.

Das neue Verfahren reduziere zudem die Gefahr einer Verletzung, vermindere unangenehmen Harndrang in der Heilungsphase und fördere eine schnellere Genesung, weil das Gewebe durch den sanfteren Eingriff nur minimal gereizt werde, so Bach. So ließen sich Kontinenz und Samenerguss besser erhalten. Abgesehen von den geringeren Nebenwirkungen seien die Ergebnisse der Wasserstrahl-Operation genauso gut wie die der etablierten Verfahren.

Nach den bisherigen Erfahrungen ist Chefarzt Bach fest davon überzeugt, dass sich das neue Ver-



im Asklepios Klinikum Harburg über den ersten AquaBeam-Roboter Deutschlands (oben) und gehört damit zu den Pionieren dieses besonders schonenden OP-Verfahrens

fahren schnell etablieren wird: "Es ist eine sanfte technische Revolution." ◀

### **Prof. Dr. Thorsten Bach** Abteilung für Urologie **Asklepios Klinikum** Harburg



Eißendorfer Pferdeweg 52 21075 Harburg Tel.: (040) 18 18 86-25 55

Fax: (040) 18 18 76-25 55 www.asklepios.com/hamburg/harburg/ experten/urologie

### Schwerpunkte

- Prostatavergrößerungen
- Tumorerkrankungen
- Steintherapie
- Urogynäkologie
- Rekonstruktive Urologie und Prothetik

Gesetzliche Krankenkassen Private Krankenversicherungen Selbstzahler

### DR. HANIEH ERDMANN

Kosmed-Klinik



So können die Haarexperten erblich bedingten Haarausfall (Alopecia androgenetica) frühzeitig per mikroskopischer Haardichteanalyse diagnostizieren und individuell behandeln, z. B. mit Haarwasser, Medikamenten, PRP (Stammzell-Therapie) oder Haartransplantation. "Der Haarausfall bei der Frau



"Diese Millimeterarbeit sollten nur sehr erfahrene Spezialisten durchführen, um einen natürlichen Look zu bewahren."

Dr. Hanieh Erdmann Fachärztin für Dermatologie, Trichologie und

Haartransplantation **Kosmed-Klinik** Mönckebergstraße 5

20095 Hamburg Tel.: (040) 35 71 11 22 www.kosmed-klinik.de

### Schwerpunkt

Haartransplantation

Selbstzahler

Haartransplantation

# Eigenes Haar ist Lebensqualität

ist komplizierter als beim Mann. Zu den möglichen Ursachen gehören zum Beispiel Eisenmangel und hormonelle Veränderungen", erklärt die Haarspezialistin Dr. Hanieh Erdmann.

Für eine Haartransplantation werden Haare vom Kopf, Bart oder Körper des Patienten entnommen. "Sind geeignete Haarfollikel vorhanden, kann der Haarausfall bekämpft werden und eine Haartransplantation zu vollem Haar verhelfen", so Erdmann. Dabei hätten sich zwei moderne Verfahren als wirkungsvoll etabliert, die beide in der Kosmed-Klinik durchgeführt werden:

### FUE-Haartransplantation (Follicular Unit Extraction)

Haarfollikel-Transplantate, sogenannte Grafts, werden unter lokaler Betäubung mit feinen Nadeln aus der Hinterkopfregion gestanzt - ohne Schnitt, ohne sichtbare Narbe.

### **FUT-Haartransplantation** (Streifenentnahme)

Unter lokaler Betäubung entnehmen die Ärzte einen Streifen Kopfhaut aus dem Haarkranz und gewinnen daraus die Transplantate.

Das Einsetzen der Transplantate ist bei beiden Verfahren gleich: Die entnommenen Haarfollikel werden unter lokaler Betäubung in natürlicher Wuchsrichtung in die Kopfhaut eingepflanzt. "Diese Millimeterarbeit sollten nur sehr erfahrene Spezialisten durchführen, um einen natürlichen Look zu bewahren", betont Dr. Hanieh Erdmann, die voller Leidenschaft mit ihrem festen. ebenso erfahrenen wie eingespielten Team arbeitet. Gemeinsam mit den Patienten entscheiden die Spezialisten, welche Methode im Einzelfall in Frage kommt. Bei beiden Verfahren liege die Anwuchsrate über 90 Prozent. "Befolgen die Patienten unsere Anweisungen, wie sie ihr Haar nach dem Eingriff behandeln sollen, können sie sich über exzellente Ergebnisse freuen", berichtet Erdmann.

Sind nicht genügend Haare vorhanden, um Transplantate zu gewinnen, bietet Dr. Erdmann eine weitere Methode an, mit der sich kahle Stellen verbergen lassen: Die Sculp Micro Pigmentation (SPM) ist eine Art Tattoo, das beispielsweise Geheimratsecken oder unregelmäßige Augenbrauen auffüllen kann. Dr. Hanieh Erdmann erforscht den Haarausfall bei Männern und Frauen. Sie engagiert sich als Botschafterin der International Society of Hair Restoration Surgery (ISHRS) für hohe Standards bei der Haartransplantation, hält dazu Vorträge und leitet Workshops. Um den hohen Standard auch in der Kosmed-Klinik beizubehalten, nimmt ihr Team regelmäßig an den wichtigsten internationalen Kongressen teil und bildet sich in Workshops kontinuierlich fort. Regelmäßig pendelt die im Iran geborene und in Deutschland ausgebildete Dermatologin als gefragte Haarmedizinerin zwischen Hamburg und Dubai (Vereinigte Arabische Emirate), wo sie weltweite Haarforschung zu entzündlichen Haarerkrankungen betreibt.

### DR. THOMAS MARC SCHULTE

Neue Zähne

# Asthetik aus Meisterhand

it schönen Zähnen fühlen Sie sich viel gesünder, fitter, vitaler und attraktiver – die Männer übrigens auch erfolgreicher", sagt Dr. Thomas Marc Schulte zu Beginn des Interviews mit dem Ärztemagazin. "Und die moderne Zahnheilkunde und Implantologie kann heute wunderbar schonend und sogar fast schmerzfrei helfen", erklärt der Zahnarzt und Implantologe.

"Diese Lebensqualität zu erfahren, wie die Umwelt auf mein strahlendes Lachen reagiert und wie verloren geglaubtes Selbstbewusstsein wieder wächst – das ist schon etwas ganz Besonderes."

Wichtig ist Dr. Schulte dabei eine ästhetische, natürliche Schönheit. Grundlage sind zunächst Fotos, anhand derer die Wünsche der Patienten aufgenommen werden. So erfolgt etwa die Auswahl der künftigen Zähne in Anpassung an die Hauttönung, das Augenweiß oder das Lippenbild. Farbe und Ästhetik des neuen Zahnersatzes werden zusammen mit dem Patienten und dem eng kooperiernden Meisterlabor direkt auf dem Behandlungsstuhl abgestimmt. So kann etwa die Wunschfarbe und Wunschform schnell mit dem Patienten und dem Zahntechniker ausgewählt werden. "Und wir haben kürzere und bessere Kommunikationswege. Das ist für die Ästhetik sehr wichtig." In einem weiteren Schritt werden dann auf



Zunächst werden an einem Modell, dem Wax-Up, die künftige Farbe, Form und die Zahnstellungen ermittelt



"Diese Lebensqualität zu erfahren, wie die Umwelt auf mein strahlendes Lachen reagiert – das ist schon etwas ganz Besonderes."

den Modellen, sogenannte Wax-Ups, erstellt. "Wir halten damit den eigentlichen Eingriff so gering wie möglich", erklärt Dr. Schulte. "Denn mit Hilfe der Modelle kann beispielsweise die Position des Unterkiefers zum Oberkiefer bestimmt und in einer späteren Anpassung der Zahnersatz verlängert, verbreitert oder reduziert werden." Dann erst erfolgt die Planung – ob Veneers, Teil-bzw. Vollkronen oder Implantate. "Die Funktion muss stimmen, dann stimmt auch die Ästhetik", weiß der Zahnspezialist. So wird – falls erforderlich – etwa die Bisslage rekonstruiert; der Biss wird gehoben oder gesenkt. "Wir möchten ja durch unsere Behandlung keine späteren Schädigungen im Kiefergelenk und machen daher, wenn erforderlich präprothetische Kieferorthopädie." Im Anschluss kann das Provisorium erstellt werden. "Gemeinsam mit dem Patienten schauen wir uns an, was noch weiter verbessert werden kann. Jetzt können wir - wenn Sie so wollen - ein wenig ,spielen', ins Feintuning gehen", sagt Dr. Schulte. Die Patienten bekommen das Provisorium mit nach Hause und haben so die Möglichkeit, im Umfeld der Familie oder des Partners weitere Wünsche oder Anpassungen zu besprechen – beispielsweise Fragen zur Farbe, Form und zu den Stellungen der Zähne. Erst dann geht der neue Zahnersatz in die Produktion.

"Wenn wir die neuen Zähne einsetzen, gibt es keinen Weg zurück", beschreibt Dr. Schulte. "Daher ist eine gute Planung sehr, sehr wichtig. Wir wissen so schon vor dem Einsetzen, wie es aussieht." Anpassungen, die Feinund Spracheinprobe erfolgen direkt Hand in Hand mit dem Meisterlabor. •



### **Dr. Thomas Marc Schulte**

Bernadottestraße 42 D-22763 Hamburg Tel.: (040) 39 80 80 98 Fax: (040) 39 80 80 99 praxis@drtmschulte.de www.drtmschulte.de



### Schwerpunkte

- Implantologie
- Ästhetische Zahnheilkunde (Veneers)
- Vollkeramische Kronen- und Brückenrestaurationen
- Contouring/Shaping
- Bleeching
- Parodontologie
- Ästhetische Füllungstherapie
- Prophylaxe
- Lachgas-Anwendung

Private Krankenversicherung Gesetzliche Krankenkassen Selbstzahler



## Abnehmen, heilen und vorbeugen

# Schluss mit Ernährungsmythen!

esund bleiben auch im Alter - ein unerfüllter Traum? Für die Tsimane-Indianer im Amazonas-Regenwald ist dieser Traum Wirklichkeit, zumindest für die Todesursache Nummer eins bei uns: Herzinfarkt und Schlaganfall. Anders als in Deutschland fanden Forscher bei einem Großteil der Indianer selbst im hohen Alter selten verkalkte Herzkranzgefäße. Hier vermuten die Wissenschaftler eine Antwort auf die Frage nach der optimalen Lebensweise von Menschen: 80 Prozent der Krankheiten und 40

Gemüse, Nüsse und Obst liefern wenig Kohlenhydrate und viel Ballaststoffe sowie sekundäre Pflanzenstoffe

Prozent der Krebsfälle sind bei uns verhaltensbedingt. Und der wichtigste Faktor dabei ist die Ernährung. Die Mittelmeerländer schneiden hier übrigens besser ab!

Das Essen der Indianer ist pflanzlich basiert: Gemüse, Nüsse und Obst liefern wenig Kohlenhydrate und viel Ballaststoffe sowie sekundäre Pflanzenstoffe. Das beugt den Zivilisationskrankheiten Diabetes, Bluthochdruck, erhöhten Blutfetten, Krebs, Arthrose vor - und natürlich den Grundübeln Übergewicht und Fettleber. Nussesser liegen in diesen Disziplinen übrigens auf den Spitzenplätzen, obwohl sie mehr Kalorien aufgenommen haben.

Gerade Pflanzenstoffe wirken Wunder: Sie hemmen Krebs, lindern Entzündungen, senken den Blutdruck. Knoblauch zum Beispiel enthält Substanzen, die ähnlich wirken wie der Blutdrucksenker Ramipril.

Fleisch kann, muss aber nicht sein: Zuviel rotes Fleisch, mehr als 80 Gramm pro Tag, steht zudem im Verdacht, Krebs zu fördern. Die richtige Menge an sättigendem Eiweiß (rund ein Gramm pro Kilogramm Körpergewicht und Tag, verteilt auf zwei bis drei Mahlzeiten) macht satt und erhält die Muskulatur. Diese wiederum wirkt Diabetes, Bluthochdruck und erhöhten Blutfetten entgegen - natürlich umso mehr, wenn sie durch Bewegung aktiviert wird.

Faustregel: Gemüse muss, Fleisch kann und die sogenannten Sättigungsbeilagen müssen nicht auf den Teller - außer bei Sport.

### Artgerechte Ernährung ist der Schlüssel

Im Kern geht es darum, welche Ernährung für uns Menschen artgerecht ist. Für viele Erkrankungen ist sie die Basis, für andere führen Variationen davon zum Ziel, zum Beispiel entzündungshemmende Fette bei Rheuma oder eine Modulation der Gemüse bei Darmbeschwerden. In meinem Zentrum hat sich die Umsetzung nach dem 20:80- oder Pareto-Prinzip bewährt: Dabei geht es darum, mit wenigen Veränderungen (20%) unter Beibehaltung der meisten Gewohnheiten (80%) viel zu erreichen (80-100 %).

Danach höre ich von unseren Patienten immer wieder drei Aussagen:

- 1) "Ich habe nicht viel geändert und doch fünf Kilo abgenom-
- 2) "Es schmeckt mir sogar besser als vorher."
- 3) "Es geht mir jetzt viel besser und ich fühle mich fitter."

Das sind die Effekte einer artgerechten Ernährung und deshalb ist die Revolution in der Küche die logische Konsequenz. Aber Vorsicht: Nur in kleinen Schritten. Verändern Sie nicht zu viel auf einmal, denn das fördert das Scheitern.



Der Autor: Dr. Matthias Riedl ist Ernährungsmediziner, Diabetologe und Gründer eines international renommierten Zentrums für Diabetes und Ernährungsmedizin in Hamburg. Als TV-Ernährungs-Doc und Buchautor ist er einem breiten Publikum bekannt.

### DR. EVA MEIGEL, BIRGIT KRÖGER-RÖCKENDORF

Haus für Schönheit

## Ein Haus für die Schönheit

### Glatte, junge Haut ohne OP und Narben



auterkrankungen heilen, Hautalterung vorbeugen und gleichzeitig das Hautbild verbessern. Heute ist das fast selbstverständlich. Das Ärztemagazin traf die Pionierin der Ästhetik, die vor über 20 Jahren das erste Kosmetik-Institut in Hamburg gründete und damit einen Grundstein für die heute wichtige Verbindung von Dermatologie und Ästhetik legte. "Ich wollte als Dermatologin nicht nur allein Hauterkrankungen behandeln", beschreibt Dr. Eva Meigel die Idee. "Die kosmetische Seite war ganz verloren. Und da macht es doch nur Sinn, vor allem auch gesunde Haut zu erhalten oder da, wo es nötig ist, nachhaltig zu verbessern", erklärt die Fachärztin für Dermatologie. So setzte Dr. Meigel etwa als eine der Ersten die körpereigene Hyaluronsäure ein, um nachhaltig und effektiv die Haut zu verjüngen. In ihrer neu eröffneten Praxis in der Waitzstraße bietet Dr. Meigel ne-

ben der klassischen Dermatologie zusammen mit der Kosmetikerin Birgit Kröger-Röckendorf das gesamte Spektrum der ästhetischen Dermatologie an. Angefangen von der kosmetischen Behandlung, die die Hautoberfläche glättet und somit das Hautbild verschönert, bis hin zur Laserbehandlung, bei der beispielsweise störende Hautveränderungen narbenlos entfernt werden. "Dabei arbeiten wir immer minimalinvasiv, das heißt mit dem kleinstmöglichen Eingriff", beschreibt Dr. Meigel. "Unsere Patienten bekommen dadurch eine sichere Behandlung ohne Risiken und sind schnell wieder im Alltag oder Berufsleben ohne lange Auszeit." Die Kosmetik unterstützt und verlängert dabei die jeweilige Behandlung. "Somit ergänzen wir uns in unserer Arbeit optimal", sagt Kosmetikerin Birgit Kröger-Röckendorf. "Denn heute setzen wir in der Kosmetik hochwirksame dermazeutische Stoffe ein." Mit einer Fruchtsäurebehandlung sowie Mikro- und Nanoneedeling verfeinert Kröger-Röckendorf zunächst das Hautbild, löst die Verhornung der Haut und

"Ich wollte als Dermatologin nicht nur allein Hauterkrankungen behandeln."

bereitet durch diese "Türöffner" die Haut für Wirkstoffe vor, die dann direkt in die offenen Poren eingebracht werden. "Das macht unsere Haut widerstandsfähiger, kompakter und glatter", erklärt Dr. Meigel. "Sind dann noch Korrekturen nötig, komme ich - wenn Sie so wollen - "ins Spiel"." Hier setzt die Fachärztin dann innovative Laser wie den Rubinlaser, den KTP-Laser oder den Erbium-Laser ein. Und als eine von ganz wenigen Ärzten in Norddeutschland verwendet Dr. Meigel die neue Plasmatechnologie. Falten und Narben, besonders Aknenarben, Schwangerschaftsstreifen, Tatoos, überhängende Lider und störende Hautveränderungen verschwinden ganz ohne OP und Narben. Damit ist dieses innovative Verfahren eine Alternative zu einer OP. Ebenso



Kosmetikerin Birgit Kröger-Röckendorf verwendet hochwirksame dermazeutische Stoffe

neu ist die Behandlung mit sichtbarem LED-Licht. Das Licht regt die Hautzellen an, gibt ihnen wieder Energie und verjüngt dadurch die Haut – völlig ohne Nebenwirkungen. Das Team ist insbesondere spezialisiert auf die Behandlung von Akne, Aknenarben und Rosacea sowie Couperose.



Zum Einsatz kommt modernste Diagnostik – hier das Auflichtmikroskop zur Beurteilung von Haut- und Haarveränderungen

### Haus für Schönheit Dr. Eva Meigel

Hautärztin
Klassische Dermatologie
Ästhetische Dermatologie
Tel.: (040) 89 70 66 66
emeigel@hausfuerschoenheit.de

### Birgit Kröger-Röckendorf

Kosmetikerin Kosmetik & Anti-Aging kroeger-roeckendorf@t-online.de Tel.: (040) 89 70 66 68 Waitzstraße 18 22607 Hamburg www.hausfuerschoenheit.de

### Leistungen

- Filler
- Botulinumtoxin
- Peelings
- Mesotherapie
- Mikro- und Nanoneedeling
- Elektroporation
- PRP
- Lipolyse
- Haar- und Ernährungsberatung
- Lasertherapie
- PlexR-Plasmatechnologie

Privatpatienten und Selbstzahler

## DR. EVANGELOS SARANTOPOULOS

M1 Med Beauty

# Brust- und Schönheitsoperation

Neues Konzept revolutioniert die Ästhetische Chirurgie



u mir kommen gerade junge Frauen um Mitte 20, die sich mit dem natürlichen Wachstum ihrer Brüste nicht wohl fühlen", sagt Dr. Evangelos Sarantopoulos, Facharzt für Plastisch-Ästhetische Chirurgie und Spezialist für Rekonstruktive Chirurgie von M1 Med Beauty.

"Ich helfe dann mit schonenden ästhetischen Eingriffen oder unterstützender plastischer Medizin." Aber auch viele Mütter, deren Brust nach dem Stillen nicht mehr in Form ist und schlaff herunterhängt, und Frauen nach starkem Gewichtsverlust, bei denen die Brüste sehr stark an Elastizität verloren haben, suchen die Hilfe des Chirurgen. Besondere Schnitte

"Wir setzen inzwischen immer mehr schonende, sogenannte nichtinvasive Verfahren ein."

– etwa um die Brustwarze – zeigen dann kaum Operationsnarben.

"Darüber hinaus gibt es besondere Bereiche, die - wie ich sie nenne – besonders sport- und diätresistent sind", sagt Dr. Sarantopoulos. Das sind etwa die Bauch-Flanken oder die Reiterhosen. Hier hilft der Spezialist dann mit einer Fettabsaugung nach. Denn vor allem bei der Hautverjüngung, Faltenbehandlung und der Körperformung werden inzwischen immer mehr schonende, sogenannte nichtinvasive Verfahren angewendet. Viele seiner Patienten, die Mitte 30 und älter sind, klagen über einen müden, nicht besonders vitalen Blick und erschlaffte Haut. "Ich berate natürlich immer, in-

### DR. EVANGELOS SARANTOPOULOS

M1 Med Beauty



"Wir machen medizinische Leistungen auf höchsten Qualitätsstandards bezahlbar."

wieweit die gewünschte Verbesserung auch nichtinvasiv erreicht werden kann. Etwa mit Hyaluronsäure zur Lippenunterspritzung, zum Ausgleich von Falten um den Mund, für Wangenunterspritzungen oder zur Verbesserung von Falten im Bereich der Stirn mit Botox", erklärt Dr. Sarantopoulos. "Diese Eingriffe kommen zwar ohne OP aus, sind aber sehr anspruchsvoll, da ich nicht nur Volumen, sondern auch eine neue Form gebe." Neben der Behandlungsqualität ist Dr. Evangelos Sarantopoulos ein Aspekt besonders wichtig:

Nimmt in ausführlichen Beratungsgesprächen die Wünsche seiner Patienten sehr ernst: Dr. Evangelos Sarantopoulos



Eine helle und freundliche Atmosphäre empfängt die Patienten



Dr. Evangelos Sarantopoulos im OP

"Jeder hat individuelle, ganz eigene Verbesserungswünsche und sollte sie auch durchführen lassen können. Es darf nicht nur der zu uns kommen, der das Geld dazu hat. Waren vor wenigen Jahren solche Behandlungen noch Menschen vorbehalten, die viel Geld dafür ausgeben konnten, so profitieren unsere Patienten heute nicht nur von einem großen Spezialistenwissen, modernsten OP-Verfahren und Implantaten, sondern letztlich auch von attraktiven Preisen durch innovative Verfahren", sagt Dr. Sarantopoulos. "Damit machen wir medizinische Leistungen auf höchsten Qualitätsstandards bezahlbar." M1 Med Beauty entstand aus der Idee, immer mehr Menschen den Wunsch nach einem neuen Körpergefühl zu ermöglichen und damit die Lebensqualität zu verbessern. Das gelingt vor allem durch eine hochgradige Spezialisierung der Ärzte. Bei M1 Med Beauty konzentriert sich jeder Facharzt auf wenige Behandlungsarten und führt diese im Vergleich zu Medizinern in anderen Praxen häufiger durch. Das macht die Ärzte zu Experten auf ihrem Gebiet. "Durch die hohe Spezialisierung haben sie ein umfangreiches Produktwissen und sind auf dem neuesten Stand der Entwicklungen auf ihrem Gebiet", sagt Dr. Sarantopoulos, der fast 700 standardisierte Operationen pro Jahr durchführt und sich weiter spezialisiert.

## **Dr. Evangelos Sarantopoulos** MRM, MSC

### M1 Med Beauty Hamburg

Mönckebergstraße 13 20095 Hamburg Tel.: (040) 46 00 27 71 www.m1-beauty.de info@m1-beauty.de



### Schwerpunkte

- Lippenunterspritzung
- Augenringe und Tränensäcke
- Nasenkorrektur
- Wangenaufbau
- Kinnaufbau
- Faltenunterspritzung mit Hyaluronsäure
- Faltenbehandlung mit Muskelrelaxans
- Schweißdrüsenbehandlung
- Augenbrauenlift
- Brustvergrößerung
- Fettabsaugung
- Oberlidstraffung
- Bruststraffung
- Schamlippenkorrektur
- Gynäkomastie
- Gesichtsstraffung
- Bauchdeckenstraffung
- Brustwarzenkorrektur
- Brustverkleinerung
- Oberarmstraffung
- Oberschenkelstraffung

Selbstzahler

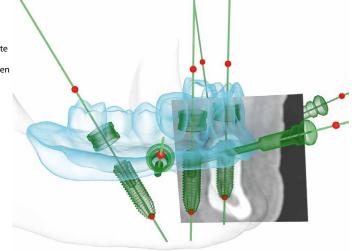
### PROF. INV. DR. (H) PETER BORSAY

Zahnklinik Alstertal im AEZ





Prof. inv. Borsay zeigt am Modell, wie die Implantate anguliert, d.h. schräg im Knochen fest verankert werden



### PROF. INV. DR. (H) PETER BORSAY

Zahnklinik Alstertal im AEZ

# Modernste 3D-Technik

## Neue Zähne an nur einem Tag

tellen Sie sich vor, Sie haben eine Vollprothese oder fast alle Zähne werden entfernt. Ihr neuer Zahnersatz muss dann mit speziellen Cremes angeklebt werden, lockert sich beim Essen, Sprechen oder sportlichen Aktivitäten. Oft entzündet sich das Zahnfleisch oder es entstehen Druckstellen. Dann kommt nachts dieser berühmte Traum, in dem Sie einen Wunsch freihaben. Was würden Sie sich wünschen? Natürlich, dass alle Zähne wieder da wären und dass nichts mehr weh tut und es überhaupt nichts kostet", leitet Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay das Interview mit dem Hamburger Ärztemagazin ein. "Und dann wird der Zahnarzt gefragt: Was hättest du als Zahnarzt denn gern? Natürlich glückliche Patienten, die wieder lächeln können, froh und zufrieden sind und mich weiterempfehlen", ergänzt lächelnd der Spezialist für Implantate der Zahnklinik Alstertal und geprüfter Implantologie-Experte (DGOI). "Und tatsächlich gibt es heute in der modernen Zahnheilkunde ein sehr innovatives Verfahren, das viele Wünsche erfüllt - bis auf die Kostenfreiheit", so Prof. inv. Borsav.

Entwickelt hat das so genannte All-on-4-Konzept Prof. Paulo Maló aus Lissabon. Innerhalb von 24 Stunden erhalten Patienten ihre neuen Zähne. Aus dem Englischen frei übersetzt bedeutet "All-on-4" so viel wie "alles auf vier". Gemeint ist damit, dass der Zahnersatz auf vier Implantaten verankert wird. "Die Methode ist einfach und genial zugleich", sagt Prof. inv. Borsay, der das einzige All-on-4-Kompetenzzentrum in Hamburg leitet. Hierzu werden zunächst zwei Zahnimplantate vorne und zwei Zahnimplantate weiter hinten in den Kiefer eingebracht. Ziel ist es, diese Zahnimplantate in Form einer Zahnbrücke miteinander zu verbinden und diese Brücke dann an den Zahnim-

plantaten festzuschrauben. "Damit hat der Patient wieder feste Zähne und ist sehr nah an der Natur", beschreibt Prof. inv. Borsay. Ermöglicht wird das Verfahren unter anderem durch spezielle längere Implantate, die schräg, d.h. anguliert, in den Kieferknochen eingesetzt werden. In Kombination mit dem Zahnersatz, der die Implantate verbindet, erhalten diese ihre besondere Stabilität und sind sofort, am Anfang noch etwas vorsichtig, belastbar. "Wir sehen darin eine schonende und moderne Implantatbehandlung. Und meine zuvor ,zahnlosen' Patienten gehen mit schönen festen Zähnen wieder aus der Praxis."

Dieses System erfordert jedoch eine sehr große chirurgische und prothetische Erfahrung sowie eine Zahntechnik, die den Zahnersatz direkt bei der Operation herstellt. "Und Sie müssen die neueste Technik wie etwa den Volumentomographen (DVT) zur Planung verwenden", ergänzt Prof. inv. Borsay.

"Die Implantate erhalten eine besondere Stabilität und sind sofort belastbar"

Um das neue Lächeln - wie Prof. inv. Borsay gern den Zahnersatz nennt - zu erhalten, plant der Spezialist die Behandlung mit Hilfe von detailgenauen DVT-Fotos. "Ich erhalte einen detaillierten und dreidimensionalen Einblick vom Kiefer und in die anatomischen Strukturen im Mund- und Kieferbereich", erklärt Prof. inv. Borsay weiter. "So sehe ich schon vor der eigentlichen Behandlung, wo Nerven verlaufen, wie hoch oder breit der Knochen ist oder welche Qualität er noch besitzt. Komplizierte, umfangreiche implantologische Behandlungen lassen sich besser planen und dadurch deutlich sicherer durchführen. Oft können wir so auch auf einen Knochenaufbau verzichten, wenn wir etwa sehen, dass an anderer Stelle noch genügend starker Knochen vorhanden ist, um diesen dann zu nutzen." Darüber hinaus werden mit Hilfe der 3D-Aufnahmen individuelle OP-Schablonen hergestellt, die dem Arzt helfen, minimalinvasiv zu operieren. "Wir nennen das 'guided surgery' – also geführte Chirurgie", sagt Prof. inv. Borsay. Die Schablonen werden am Kieferknochen fixiert und ersparen umfangreiche Schnitte oder oft auch einen umfangreichen

"Der Zahnersatz kann an einem Tag erstellt werden"

Knochenaufbau. "Der Laser gibt uns dann Minilöcher vor, die exakt auf die Größe der Implantate zugeschnitten sind. Unsere Patienten haben dadurch in vielen Fällen weniger postoperative Beschwerden, weniger Schwellungen und kaum Blutergüsse."

Schließlich werden Farbe und Ästhetik zusammen mit dem Patienten und dem eigenen Meisterlabor direkt auf dem Behandlungsstuhl abgestimmt. "So können wir die Wunschfarbe schnell mit dem Patienten und dem Zahntechniker auswählen, haben kürzere und bessere Kommunikationswege und bekommen einen hochwertigen Zahnersatz. Das ist für die Ästhetik sehr wichtig. Anpassungen können direkt aus einer Hand am Behandlungsstuhl erfolgen. Denn ich mag glückliche Patienten, die wieder gern ihr schönstes und festes Lächeln zeigen möchten." •



Prof. inv. Borsay nimmt sich viel Zeit für die ausführliche Beratung seiner Patienten

Zahnklinik Alstertal im AEZ Prof. inv. Dr. (H) Peter Borsay und Dr. Navid Salehi

Heegbarg 29 22391 Hamburg Tel.: (040) 602 42 42 Fax: (040) 602 42 52 info@zahnklinikalstertal.de www.zahnklinikalstertal.de



### Leistungen

- Zahnimplantate
- Ästhetische Zahnheilkunde
- Laserzahnmedizin
- Prophylaxe
- Hochwertiger Zahnersatz

Gesetzliche Krankenkassen Private Krankenversicherungen Selbstzahler



# Ungewollt kinderlos

## Wenn Paare leiden, weil sie keine Kinder bekommen können

ach Schätzungen der Deutschen Gesellschaft für Gynäkologie leiden bundesweit 1,5 Millionen Paare unter einem unerfüllten Kinderwunsch - etwa 10 bis 15 Prozent. Knapp 800.000 Paare sind in einer Kinderwunsch-Behandlung - in einer der Kinderwunschkliniken oder einem Kinderwunschzentrum. Experten sprechen von "unerfülltem Kinderwunsch", wenn nach einem bis spätestens zwei Jahren regelmäßigen, ungeschützten Geschlechtsverkehrs keine Schwangerschaft eingetreten ist. Viele Paare leiden nicht nur unter dem eigenen Druck, kein Kind bekommen zu können auch die Gesellschaft erwartet oft den Nachwuchs "sehnsüchtig". Der wichtigste Einflussfaktor ist das Alter der Frau. Schon ab dem 30. Geburtstag nimmt die Fruchtbarkeit der Frau ab und ab 40 besteht eine deutlich geringere Chance, spontan eine Schwangerschaft zu erzielen. Denn auch unter optimalen Bedingungen liegt die Schwangerschaftswahrscheinlichkeit pro Zyklus bei maximal 25 Prozent (höchste Fruchtbarkeit der Frau zwischen dem 20. und 25. Lebensjahr). Wege der Hilfe gibt es heute viele: Neben einer Hormontherapie können unterschiedliche Stufen und Verfahren der künstlichen Befruchtung

eingesetzt werden. Neueste Studien versuchen, mehr Eizellen für die künstliche Befruchtung zu gewinnen - das hilft gerade älteren Frauen mit Kinderwunsch. Aber auch die Präimplantationsdiagnostik (PID) macht immer weitere Fortschritte. Der Präsident der Deutschen Gesellschaft für Reproduktionsmedizin, Prof. Jan-Steffen Krüssel, sieht die In-Vitro-Fertilisation als Schlüssel für die Weiterentwicklung reproduktionsmedizinischer Methoden. "In Deutschland sind inzwischen drei Prozent aller Lebendgeborenen das Produkt einer Sterilitätsbehandlung", so Krüssel, der das universitäre Kinderwunschzentrum in Düsseldorf leitet. In Deutschland erblicken inzwischen jährlich etwa 30.000 Babys mit Hilfe der Kinderwunschzentren das Licht der Welt. 4



Prof. Jan-Steffen Krüssel, Präsident der Deutschen Gesellschaft für Reproduktionsmedizin





### PETER GLATTHAAR, ARZT UND OSTEOPATH

# Mit Händen dauerhaft **Schmerzen lindern**

Wenn es sprichwörtlich heißt, bei einem Arzt sei man in guten Händen, gilt das für die Patienten von Peter Glatthaar im wahrsten Sinne des Wortes: Der Hamburger Arzt und Osteopath hat sich auf die Behandlung des Stütz- und Bewegungsapparates durch die Hilfe seiner Hände spezialisiert.

Ob Rücken, Nacken, Schulter, Knie oder Hüfte, wenn es dort sticht und schmerzt, helfen Medikamente selten. Sie lindern nur kurzzeitig die Symptome, bekämpfen langfristig nicht die Ursachen. Hr. Glatthaar geht mit seinen leidgeprüften Patienten einen anderen Weg: mit Osteophatie und der manuellen Therapie nach Geoffrey Maitland, der physiotherapeutische Konzepte entwickelte. "Bevor eine Behandlung beginnen kann, muss der Befund zweifelsfrei feststehen", erklärt der Mediziner. Auf der Suche nach den Ursachen stehe die Untersuchung von Bewegungen im Mittelpunkt, nicht die von

Röntgenbildern. Der genauen Ouelle des Schmerzes auf die Spur zu kommen, sei entscheidend für die weiteren Behandlungsmethoden; das Gespräch mit dem Patienten über die Schmerzentwicklung ist deshalb umso wichtiger. Durch Ertasten mit den Fingerspitzen kann Glatthaar schließlich feststellen, ob der Schmerz durch einen Nerv, ein Gelenk, einen Muskel oder eine Fascie verursacht wird. "Je nach Befund wende ich dann mobilisierende Techniken beim Patienten an". erklärt Hr. Glatthaar. "Dabei handelt es sich um eine besonders schonende Therapie mit den Händen, die die Schmerzursachen beseitigen kann." Auf Spritzen verzichtet er bei seinen Behandlungen. Und Medikamente werden selten eingesetzt; dafür werden Osteopathie,

**Praxis Peter Glatthaar,** Borsteler Chaussee 5, 22453 Hamburg Private Kassen und Selbstzahler, Telefon: 040–57 00 88 95, Fax: 040–57 1452 10 www.maitland-praxis.de, info@ maitland-praxis.de

Physiothera-

pie und Massage

oft verschrieben.

Bodyworks-Krankengymnastik, alle Kassen Telefon: 040 – 55 77 36 43, info@ bodyworks-krankengymnastik.de

### Alkohol und Medikamente

# Ein lebensgefährlicher Cocktail

ass es keine besonders gute Idee ist, Alkohol und Medikamente zusammen einzunehmen, dürfte allgemein bekannt sein. Doch wie problematisch und zuweilen sogar lebensgefährlich diese Kombination im Einzelfall sein kann, wird allzu oft unterschätzt. So kommt es zum Beispiel immer wieder vor, dass Patienten Medikamente gegen hohen Blutdruck mit alkoholischen Getränken einnehmen, zumal chronischer Alkoholmissbrauch eine häufige Ursache für einen schwierig zu behandelnden Bluthochdruck ist. Und diese Kombination ist besonders tückisch, da sich die Wirkungen der Medikamente und des Alkohols addieren und im Extremfall zu einem tödlichen Kreislaufzusammenbruch führen können.

Bei diesen Arzneimittelgruppen ist Alkoholkonsum besonders problematisch:

- Blutdrucksenker
- · Antidepressiva
- Schlaf- und Beruhigungsmittel
- Antihistaminika (auch freiverkäufliche)
- Immunsuppressiva
- Metronidazol
- Kombipräparate gegen grippale Infekte
- Schmerzmittel wie Paracetamol



"Bei unseren Stammkunden können wir Apotheker solche Probleme meist ganz gut einschätzen und die Patienten gezielt auf diese Gefahren hinweisen", sagt Petra Kolle, 1. Vizepräsidentin der Hamburger Apothekerkammer. "Wir

"Grundsätzlich würde ich mindestens vier Stunden Abstand zwischen Tabletten und Alkohol einhalten."

haben eine EDV, in der wir nach den Wechselwirkungen schauen. Die gibt uns sofort Hinweise auf Unverträglichkeiten mit anderen Medikamenten, bestimmten Lebensmitteln und natürlich auch mit Alkohol. Wer wegen der Medikamente nicht von vornherein auf den Alkohol verzichten will, sollte dieses Thema deshalb in der Apotheke unbedingt ansprechen", rät Kolle. Doch nur wenige Patienten fragten direkt danach, zum Beispiel vor Feiertagen, an denen mehr getrunken wird. "Eigentlich sollte jeder Patient von seinem Arzt bei der Einstellung auf neue Medikamente darüber informiert werden, dass im Grunde alle Medikamente Wechselwirkungen mit Alkohol haben", so Kolle: "Bei kurzfristigen Behandlungen wie einer Antibiotikatherapie oder bei akuten Schmerzen schätze ich aber, dass maximal jeder fünfte Arzt tatsächlich darauf hinweist."

In aller Regel sehe ein erfahrener Apotheker den Kunden einen riskanten Alkoholkonsum an, da der insbesondere bei Frauen und Rauchern zu typischen Veränderungen an den Augen und an der Haut führt. Irgendwann rieche man es auch und höre es in der Stimme, so Kolle: "Wir müssen dann entsprechende Warnhinweise zu den Medikamenten geben. Manche Kunden übergehen das dann mit einem Lächeln – und auch das kann ein Zeichen für einen problematischen Umgang mit



Petra Kolle, 1. Vizepräsidentin der Hamburger Apothekerkammer

Alkohol sein, weil die Betroffenen sich das selbst lange nicht eingestehen wollen." Im Extremfall könne der Apotheker die Herausgabe des Medikaments auch verweigern, wenn ein Kunde etwa betrunken in die Apotheke komme.

### Häufige Wechselwirkungen

Alkohol kann die Wirkung von Medikamenten massiv beeinflussen. Das Hauptproblem ist, dass Alkohol und die meisten Medikamente auf sehr ähnlichen Stoffwechselwegen über die Leber abgebaut werden und so miteinander um die Enzyme der Leber konkurrieren. So kann der Alkohol kurzfristig die Wirkung eines Medikaments verstärken, wodurch das Risiko einer Vergiftung steigt. Auf längere Sicht beeinträchtigt der Alkoholkonsum dagegen die Wirkung der Medikamente, da sie vom Körper schlechter aufgenommen werden. Ein Beispiel ist der Blutverdünner Warfarin. Alkohol führt kurzfristig zu einem erhöhten Blutungsrisiko, langfristig steigert er aber das Thromboserisiko. Bei einigen Medikamenten, wie dem Antibiotikum Metronidazol oder dem Blutdrucksenker Verapamil, verhält es sich genau anders herum: Hier beeinträchtigt das Medikament den Alkoholabbau, wodurch die Wirkung des Alkohols massiv zunimmt. In jedem Fall träten bei längerem Missbrauch Leberschäden auf, erklärt Apothekerin Kolle.

### Vorsichtsmaßnahmen

"Grundsätzlich würde ich mindestens vier Stunden Abstand zwischen Tabletten und Alkohol einhalten", rät Kolle: "Wer morgens seine Blutdrucksenker einnimmt und abends feiern geht, hat schon einen großen Sicherheitsabstand." Aber übertreiben dürfe man es nicht: "Wer in der Nacht sehr viel getrunken hat, kann den Alkohol bis zum Morgen nicht vollständig abbauen, wenn die nächste Medikamenteneinnahme ansteht."



MIT DIESEM WUNSCH SIND SIE BEI ASKLEPIOS GUT AUFGEHOBEN. In den Asklepios Kliniken steht die Patientensicherheit an erster Stelle. Durch zahlreiche Maßnahmen wie u.a. die Anwendung der OP-Sicherheitscheckliste, das Patientenarmband und die hohen Hygienestandards können Fehler und Infektionen deutlich reduziert und die Chancen auf eine erfolgreiche Behandlung gesteigert werden. Denn unser größtes Anliegen ist es, dass Sie nicht nur gesund werden, sondern auch gesund bleiben.

