

KREISLAUF

Nasser Lappen
gegen Schwindel

Zu schnell aufgestanden und nach wenigen Schritten wird es plötzlich schwarz vor den Augen: Ein solches Schwindelgefühl kennen viele. Gefährlich ist es in den meisten Fällen nicht, erklärt Jens Wagenknecht vom Deutschen Hausärzterverband. Vor dem Aufstehen die Beine zu bewegen, beispielsweise durch „Luft-Fahrradfahren“ oder die Arme mit einem nassen Lappen abzuwischen, kann dagegen helfen.

Solch ein Schwindelgefühl kann entstehen, wenn nach längerem Liegen oder Sitzen das Blut durch plötzliches Aufstehen in die untere Körperhälfte fließt. Hat jemand einen niedrigen Blutdruck, dauert es kurz bis der Kreislauf wieder stabil ist. Medizinisch nennt man das orthostatische Hypotonie. „Das Herz hat wenig Blut zur Verfügung und pumpt deshalb zu wenig Sauerstoff in Richtung Auge und Gehirn“, erklärt Wagenknecht. So kann es zu einem Gefühl wie kurz vor der Ohnmacht kommen. Besonders anfällig dafür seien junge und schlanke Menschen sowie ältere Patienten, die Medikamente nehmen. (dpa)

MELDUNGEN

AUGEN

Mit Blick zur Uhr lässt
sich die Sehkraft testen

Die Uhr an sich ist noch gut zu erkennen, aber wie spät ist es genau? Wer die Zeit am Handgelenk nicht mehr richtig ablesen kann, sollte zum Augenarzt gehen. Dahinter kann eine sogenannte altersabhängige Makuladegeneration (AMD) stecken, erklärt die Deutsche Ophthalmologische Gesellschaft (DOG). Zumindest eine Unterart dieser Erkrankung, die feuchte AMD, lässt sich mittlerweile gut behandeln. (dpa/tmn)

VORTRAG

Kinderunfälle: Infos über
Sturzverletzungen

Verletzungen durch Stürze stehen im Mittelpunkt eines Vortrags der Kinderchirurgin am Klinikum Ludwigsburg, Dr. Susanne Eberlein, am Mittwoch, 11. Oktober, 17 bis 18 Uhr, im Hörsaal des Klinikums. Im Mai hat die Funktionsoberärztin die Vortragsreihe zu Kinderunfällen, die seither mit großem Erfolg läuft, gestartet.

Nach Vorträgen über Verbrühungen und Verbrennungen sowie über Kopfverletzungen nach Stürzen folgt jetzt eine umfassende Information zu Bauch-, Wirbelsäulen- und Brustkorbverletzungen nach Stürzen. Eingeladen zum Besuch des kostenlosen Vortrags sind Eltern und Interessierte. Säuglinge können mitgebracht werden, für ältere Kinder wird eine Betreuung im Spielzimmer angeboten. (red)

SOBBRENNEN

Ernährung umstellen,
ansonsten zum Arzt

Schmerzen unter dem Brustbein und saures Aufstoßen können Hinweise auf Sodbrennen sein. Bei gelegentlichen Beschwerden kann es bereits helfen, die Lebensgewohnheiten umzustellen, erklärt die Bundesvereinigung Deutscher Apothekerverbände in ihrer Zeitschrift „Neue Apotheken Illustrierte“ (Ausgabe 1. Oktober 2017). Betroffene sollten dann Kaffee, Nikotin, Zitrusfrüchte und stark gewürzte Speisen meiden. Übergewichtige sollten abnehmen.

Außerdem raten die Experten, langsam und fettarm zu essen sowie vor dem Schlafengehen nur kleine Portionen zu sich zu nehmen. Tritt das Sodbrennen öfter als einmal pro Woche auf oder haben Betroffene beständige und regelmäßige Beschwerden, sollten sie einen Arzt aufsuchen. (dpa)



Ein modernes, gewebeschonendes Verfahren zur Fettabsaugung wird vorgestellt.

Foto: Fotolia

LIPÖDEM

Eine OP für mehr Lebensqualität

Selbsthilfegruppe richtet Veranstaltung rund um das Thema Fettabsaugung und anschließende Behandlung aus

VON ANGELIKA BAUMEISTER

„Es geht um Schmerzfreiheit, aber auch um Beweglichkeit und Lebensqualität“, sagt der Chirurg Dr. Udo Lorenz von der Gefäß- und Lymphmedizin Bietigheim am Forst, der bei einer Veranstaltung der Ludwigsburger Selbsthilfegruppe für Betroffene mit Lip- und Lymphödem (Lily) am Freitag, 6. Oktober, über eine neue Möglichkeit der operativen Behandlung des Lipödems informiert.

Patientinnen berichten dann außerdem über ihre Erfahrungen mit dieser Methode. Das Lipödem ist eine krankhafte Häufung von Fettgewebe an den Oberschenkeln sowie an Hüfte, Gesäß, an der Innenseite der Kniegelenke und am Unterschenkel. Reiterhosenphänomen oder Säulenbeine nennt sich das Lipödem umgangssprachlich.

Ausschließlich Frauen betroffen

Betroffen sind ausschließlich Frauen und die Ursachen sind noch weitgehend unbekannt. Mediziner gehen aber von einer erblichen Komponente aus. Schon in der Pubertät kann die Anlagerung von unverhältnismäßigem Fett beginnen. Und damit beginnen auch die typischen Beschwerden wie Druckschmerzen, Berührungsempfindlichkeit und die Neigung zu blauen Flecken. Die Beine schwellen beim längeren Sitzen oder Stehen massiv an, es gibt Verhärtungen im Unterhautgewebe und das Schweregefühl von Armen sowie Beinen schränkt die Lebensqualität enorm ein. Bis zur richtigen Diagnose haben die Betroffenen oft eine Arztdiagnose hinter sich, flachgestrickte Kompressionsstrümpfe und Lymphdrainage schaffen Linderung, aber die Krankheit bleibt belastend, eine Heilung ist nicht möglich.

Ausschließlich Frauen betroffen

Auf eine besonders gewebeschonende Fettabsaugung hat sich nun Dr. Udo Lorenz spezialisiert. Sie nennt sich wasserstrahl-assistierte Liposuktion. Das Spülen und Absaugen von immerhin vier bis sechs Litern Fettgewebe bei einem Eingriff läuft hier parallel. „Das umliegende Bindegewebe, die Nerven und insbesondere Lymphkollektoren bleiben dabei nahezu unversehrt“, betont der Mediziner, der die Veranstaltung in Ludwigsburg unter das Motto „Lipödem – Therapie in gemeinsamer Hand“ stellt, denn mit der Operation ist es nicht getan.

Durch das anschließende Tragen von Kompressionsstrümpfen über mehrere Wochen bilden sich Begleiterscheinungen wie Blutergüsse, Schwellungen und lokale Verhärtungen zurück. Deshalb ist auch immer ein weiterer Fachmann mit im Boot. So stellt der Apotheker Andreas Bühler aus Bietigheim-Bissingen die genaue Kompressionstherapie und die Verlaufskontrolle in 3D-Technik vor.

Zusammenwirken mehrerer Fachleute

Über die Möglichkeiten der Hautstraffung als Folgebehandlung informiert außerdem Dr. Ulrich Ziegler von der Schlosspark Klinik in Ludwigsburg, wo Dr. Udo Lorenz auch regelmäßig eine Lipödem-Sprechstunde anbietet. Das Zusammenwirken mehrerer Fachleute aus dem medizinischen Bereich bringt laut Dr. Lorenz erst den Erfolg.

Als sehr wichtig erachtet er überdies das Engagement der von Ute Neitzel geleiteten Selbsthilfegruppe. Sie stellt nicht nur regelmäßige Treffen, Information und Austausch in der Mittelpunkt ihrer Arbeit, sondern vermittelt den Betroffenen auch Freude an der Bewegung. So finden gemeinsame Aktivitäten wie Nordic Walking, Schwimmen und Aquagymnastik statt. Seit mehr als zwei Jahren treffen sich regelmäßig rund 40 Betroffene, die nicht nur mit Beschwerden, sondern auch mit Vorurteilen zu kämpfen haben. Verletzende Bemerkungen und die guten Ratschläge endlich mal abzunehmen, kennen viele. Und schließlich die Diätratschläge und die ungläubigen Blicke normalgewichtiger Menschen

„Viele Betroffene schämen sich, trauen sich nicht mehr auf die Straße und leiden darunter, dass Bewegungen beschwerlich sind“, sagt Ute Neitzel. Sie ärgert dabei vor allem eines: Eine Fettabsaugung wird von den Krankenkassen nicht übernommen, da es sich um eine Schönheitsoperation handelt, so die Begründung.

INFO: Der von der Selbsthilfegruppe für Betroffene mit Lip- und Lymphödem veranstaltete Vortrag über Liposuktion, Hautstraffung und Kompressionsversorgung sowie mit Erfahrungsberichten findet am Freitag, 6. Oktober um 18 Uhr im Hotel Nestor in Ludwigsburg statt. Um Anmeldung per E-Mail an shg-lily-ludwigsburg@gmx.de wird gebeten. Die Selbsthilfegruppe trifft sich außerdem einmal im Monat freitags im SKV-Vereinheim in der Tammer Straße 30 in Ludwigsburg-Eglosheim. Die nächsten Treffen finden am 27. Oktober und am 17. November jeweils um 19 Uhr statt.

SCHWEREGRADE

Gesäß und Hüften sowie später auch Arme betroffen

Die verschiedenen Schweregrade beim Lipödem:

Typ I: Fettgewebsvermehrung im Bereich von Gesäß und Hüften. (Reiterhosenphänomen)

Typ II: Das Lipödem reicht bis zu den Knien, Fettlappenbildungen im Bereich der Knieinnenseite

Typ III: Das Lipödem reicht von den Hüften bis zu den Knöcheln

Typ IV: Arme und Beine sind bis zu den Handgelenken betroffen

Typ V: Lipolymphödem mit vermehrter Wassereinlagerung in Hand- und Fußrücken sowie Fingern und Zehen. (red)



Flachgestrickte Kompressionsstrümpfe als Basistherapie.

Foto: obs/medi GmbH & Co. KG/www.medi.de

Demenz: Vom Umgang mit dem Vergessen

Veranstaltung der Volkshochschule und der Kassenärztlichen Vereinigung am 5. Oktober im Bürgersaal Ditzingen

Welche Prävention und Therapie gibt es bei Demenz und Alzheimer? Diese und andere Fragen beantworten Fachärzte beim Arzt-Patienten-Forum am Donnerstag, 5. Oktober in Ditzingen. Veranstalter ist die Schiller-Volkshochschule des Landkreises Ludwigsburg in Kooperation mit der Kassenärztlichen Vereinigung Baden-Württemberg (KVBW). Als Demenz wird eine erworbene Erkrankung des Gehirns bezeichnet, die zu einer Störung des Gedächtnisses und mindestens einer weiteren geistigen Leistung führt.

Betroffen sind neben dem Gedächtnis auch die Sprache, das Denk- und Urteilsvermögen sowie räumlich konstruktive Leistungen. Diese Störung führt dazu, dass die Erkrankten im beruflichen und/oder privaten Alltagsleben behindert sind. Weiter kommt es zu einer Veränderung der Persönlichkeit und des Verhaltens und die Angehörigen er-

kennen oft eine Wesensänderung bei den Betroffenen. Die Demenzerkrankungen sind nicht nur als ärztliches und pflegerisches, sondern auch als sozialpolitisches und sozialpsychiatrisches Problem zu sehen, das in den nächsten Jahren deutlich an Brisanz gewinnen wird.

Über die Erkrankung informiert der im Zentrum für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie in Asperg tätige Facharzt für Nervenheilkunde Dr. Falk von



Probleme im Alltag.

Foto: LKZ-Archiv

Zitzewitz. Im Anschluss besteht die Möglichkeit, dem Referenten Fragen zu stellen. Die Moderation übernimmt Dr. Michael Friederich, Facharzt für Innere Medizin und Vorsitzender der Ärzteschaft Ludwigsburg. (red)

INFO: Das Arzt-Patienten-Forum zum Thema Demenz findet am Donnerstag, 5. Oktober um 19.30 Uhr im Bürgersaal Ditzingen, Am Laien 1 statt. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.