Herbst 2017

Das Gesundheitsmagazin

Sprechstunde LEIPZIG

Klinikum St.GEORG

Der Darm
Mehr als ein Verdauungsorgan

Hinter den Kulissen
In der Kankenhausapotheke

Professor Dr. Michael Borte im Interview
Primäre Immundefekte – neuer Test zur frühzeitigen Diagnose entwickelt

Krampfadern
Nur ein Schönheitsmakel oder gefährlich?

Außerdem in dieser Ausgabe:
Krystallpalast Varieté Leipzig
Das Varieté feiert Geburtstag

www.sprechstunde-leipzig.de

Klinikum | St.GEORG

GRÜNE DAMEN

für den Bereich Bibliothek gesucht!

Wenn Sie sich künftig sozial sowie ehrenamtlich engagieren möchten und gut mit Menschen umgehen können, dann melden Sie sich jetzt unter:

Klinikum St. Georg gGmbH | GB Pflege
Delitzscher Straße 141 | 04129 Leipzig

www.sanktgeorg.de

Inhalt

Herbst 2017

Medizin

3 **Der Darm**
Mehr als ein Verdauungsorgan

7 **Hinter den Kulissen**
In der Krankenhausapotheke

9 **Neurodermitis**
Quälender Juckreiz

10 **Kinderkrankheiten 4.0**
So schädlich sind Smartphone und Co.

11 **Professor Dr. Michael Borte im Interview**
Primäre Immundefekte – neuer Test zur frühzeitigen Diagnose entwickelt

13 **Außerklinische Beatmung**
Wenn das Atmen schwerfällt

15 **Frühstart ins Leben**
Versrogung auf höchstem Niveau für die Kleinsten der Kleinen

Leben

17 **Krampfadern**
Nur ein Schönheitsmakel oder gefährlich?

19 **Herbstkräuter**
Pflanzliche Alleskönner

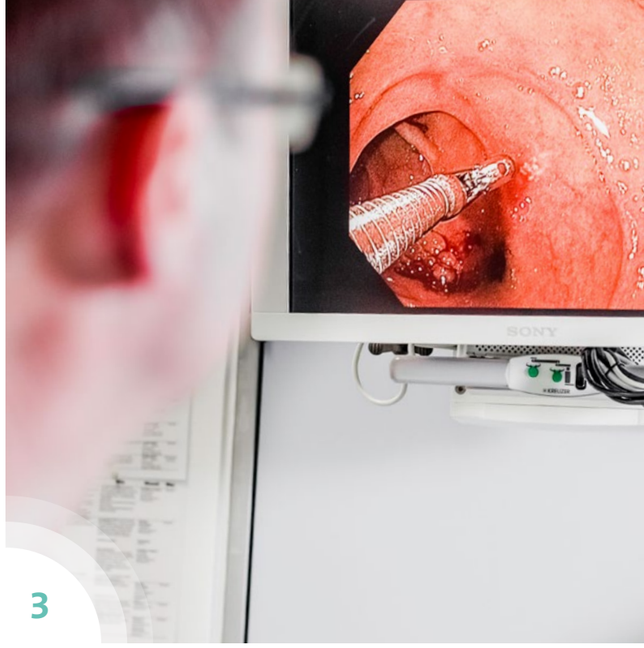
21 **Hätten Sie's gewusst?**
Medizin zwischen Fakt und Mythos

Unterhaltung

22 **Gehirnjogging**
Gewinnspiel-Teilnahme

Stadtgeschehen

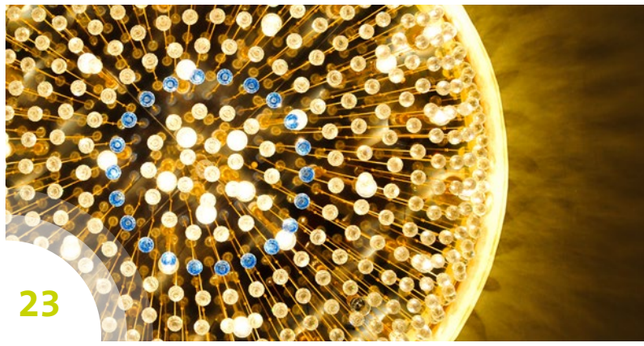
23 **Kystallpalast Varieté Leipzig**
Das Varieté feiert Geburtstag



3

17

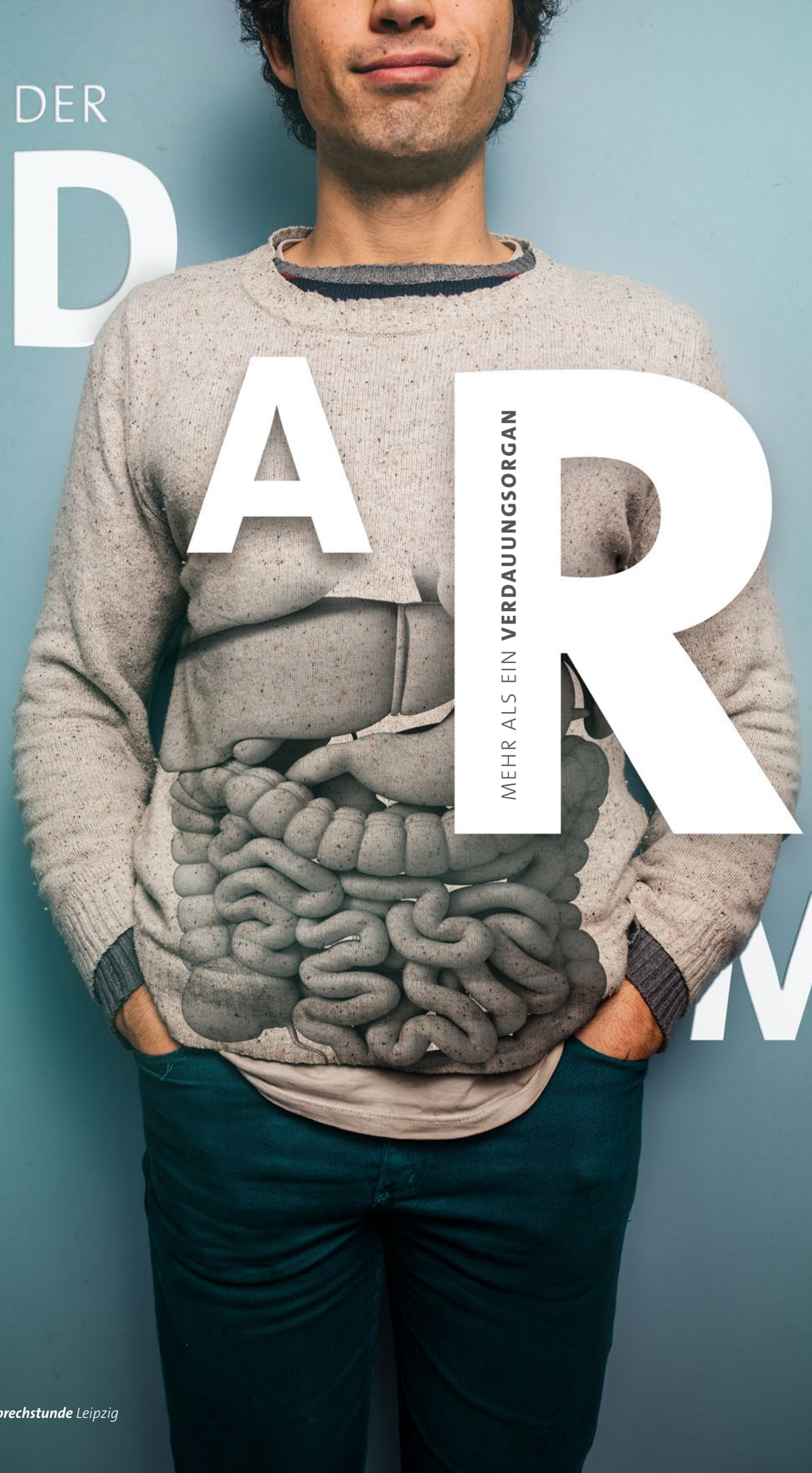
22



23

DER DARM

MEHR ALS EIN VERDAUUNGSORGAN



Mit einer Länge von bis zu acht Metern ist der Darm das größte innere Organ des Menschen. Im Laufe eines 75-jährigen Lebens gelangen rund 30 Tonnen Nahrung und 50.000 Liter Flüssigkeit durch den Darm. Doch neben der Verdauung und Ausscheidung kommt dem Darm noch eine weitere wichtige Aufgabe zu: die körpereigene Immunabwehr.

Mehr als 70 Prozent aller Immunzellen befinden sich im Darm – damit bildet er das Zentrum unseres Immunsystems. Ist die Darmfunktion geschädigt, wirkt sich dies folglich auf den ganzen Körper aus. Tatsächlich kämpfen heutzutage viele Menschen mit Darmbeschwerden. Diese reichen von Übelkeit über Durchfall und Erbrechen bis hin zu chronisch-entzündlichen Krankheiten wie Morbus Crohn. Begünstigt werden diese durch eine zunehmend ungesunde Lebensführung: tägliches Sitzen über mehrere Stunden im Büro, Fast Food und wenig Bewegung sowie allgemeiner Stress.

500 m²	Mit einer Gesamtfläche von rund 500 Quadratmetern ist der Darm größer als ein Basketballfeld.
2 kg	Die Keime im Darm bringen zusammen fast 2 Kilogramm auf die Waage.
10.000	Übermäßiger Fleischverzehr ist nach Experten verantwortlich für rund 10.000 Dickdarmkrebsfälle pro Jahr.
34.000	Männer erkranken jährlich neu an Darmkrebs.
29.000	Frauen erkranken jährlich neu an Darmkrebs.

>>> Neben den Immunzellen besiedeln Billionen von Mikroorganismen den menschlichen Darm. Forscher gehen von rund 400 Bakterienstämmen aus. Die Besiedlung beginnt mit der Geburt und steigt mit zunehmendem Alter stetig an. Ein großer Teil der Bakterien wird für die Verdauung benötigt, sie entziehen den Speisen lebenswichtige Nährstoffe. Die Zusammensetzung der sogenannten Darmflora ist von Mensch zu Mensch verschieden und hängt von der Lebensweise, den Essgewohnheiten und vielem mehr ab. Das bakterielle Ökosystem bildet außerdem eine natürliche Barriere gegen Toxine, Viren und andere schädliche Stoffe und verhindert, dass diese ins Blut gelangen. Gelangt dieses empfindliche Milieu ins Ungleichgewicht, kann dies fatale Folgen für die Gesundheit haben. Forscher haben inzwischen sogar nachgewiesen, dass es zwischen der Zusammensetzung der Darmflora und Erkrankungen des Gehirns eine Verbindung gibt. So konnte bei Menschen mit Multipler Sklerose beispielsweise eine deutlich geringere Bakterienvielfalt im Darm nachgewiesen werden als bei gesunden Menschen.

Darmkrebs – heimtückische Krankheit

Auch bei Patienten mit kürzlich diagnostiziertem Darmkrebs, von Medizinern kolorektales Karzinom genannt, wurde eine weniger vielfältige Darmbesiedlung festgestellt. In welchem kausalen Zusammenhang Krebserkrankung und Ungleichgewicht der Darmflora stehen, ist jedoch noch nicht geklärt.

Auch die Ursachen für die Entstehung von Darmkrebs konnten Mediziner und Forscher noch nicht vollumfänglich klären. Fakt ist jedoch: Darmkrebs gehört sowohl bei Männern als auch bei Frauen zu den häufigsten Krebserkrankungen in Deutschland. Mehr noch: „Darmkrebs gehört mit rund 26.000 Todesfällen jährlich zu den gefährlichsten Krebsarten. Dabei ist die Erkrankung, sofern sie frühzeitig erkannt wird, sehr gut behandelbar. Deswegen raten wir Männern und Frauen ab 50 Jahren dringend dazu, sich in regelmäßigen Abständen einer Koloskopie – einer Darmspiegelung – zu unterziehen“, erklärt Professor Dr. Ingolf Schiefke, Chefarzt der Klinik für Gastroenterologie und Hepatologie und Leiter des Darmkrebszentrums am Klinikum St. Georg.

Darmkrebs gehört mit rund **26.000** Todesfällen jährlich zu den gefährlichsten Krebsarten.

Die häufigsten Formen von Darmkrebs sind das Rektumkarzinom im Mastdarm und das Kolonkarzinom in höher gelegenen Abschnitten des Dickdarms. Sie entwickeln sich dann, wenn Zellen in der Schleimhaut des Dickdarms entarten und sich unkontrolliert teilen. Die Umwandlung von gesunden Darmzellen in Krebszellen erfolgt häufig über gutartige Vorstufen, die sogenannten Darmpolypen – kleine gutartige Vorwölbungen in der Darmschleimhaut. In selteneren Fällen ist die Zellveränderung erblich bedingt.

Das Problem: „Darmkrebs verursacht im Frühstadium meist keine Beschwerden. Erste Warnzeichen wie zum Beispiel Blut im Stuhl treten meist erst in einem späten Stadion der Erkrankung auf“, erklärt Professor Schiefke, der sich seit vielen Jahren vor allem im Bereich der Darmkrebsvorsorgeuntersuchungen engagiert. Die Früherkennung ist deshalb eine der wichtigsten Waffen im Kampf gegen den Darmkrebs. Doch auch eine gesunde Lebensweise trägt zu einer Verminderung des Risikos bei. „Regelmäßige Bewegung gehört neben gesunder Ernährung und einem gesunden Körpergewicht zu den wichtigsten Faktoren, um Darmkrebs vorzubeugen“, weiß der Experte.

Ist die Diagnose Darmkrebs gesichert, gibt es – je nach Stadium und Sitz des Tumors – unterschiedliche Behandlungsmöglichkeiten. Im Frühstadium kann der Krebs meist operativ komplett entfernt werden. Hat sich der Krebs bereits auf umliegende Organe ausgeweitet oder sind Lymphknoten betroffen, kommen begleitend Chemotherapie oder Bestrahlung dazu. Das Darmkrebszentrum am Klinikum St. Georg Leipzig bündelt die Erfahrungen und Kompetenzen der Fachbereiche Gastroenterologie, Chirurgie, Onkologie, Strahlentherapie, Radiologie und Pathologie im ambulanten und stationären Bereich auf diesem Gebiet. Die medizinischen Experten erstellen in enger interdisziplinärer Zusammenarbeit individuelle Behandlungspläne. In wöchentlichen Tumorkonferenzen erfolgt zudem eine qualitätsgerechte Abstimmung. Zudem stehen den Patienten Physiotherapeuten, Ernährungsberater, Sozial- und Pflegedienste, Psychoonkologen sowie Selbsthilfegruppen zur Verfügung. ■

DER WEG DER NAHRUNG DURCH DEN DARM

>>> Auf ihrem natürlichen Weg zum Ausgang gelangen die Speisen vom Magen zunächst in den sogenannten Zwölffingerdarm, den ersten Teil des Dünndarms, der mit bis zu fünf Metern den längsten Teil des Verdauungstraktes ausmacht. Im Zwölffingerdarm sowie im weiteren Verlauf des Dünndarms werden die Nährstoffe vorerst verdaut und anschließend über die gut durchblutete Darmwand in das Blut aufgenommen. Die unverdaulichen Nahrungsüberreste gelangen nun in den Dickdarm, der eine Art Rahmen um den Dünndarm bildet. Hier werden schwer verdauliche Pflanzenstoffe durch Bakterien zerlegt. Letzte Nährstoffe, sprich Salze und Wasser, werden von der Darmwand aufgenommen, bevor das Endprodukt über den Mastdarm den Körper verlässt. ■

Ihr Ansprechpartner im Klinikum St. Georg

Professor Dr. Ingolf Schiefke

Leiter Darmkrebszentrum
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig
0341 909-2626
ingolf.schiefke@sanktgeorg.de

RISIKOFAKTOREN DARMKREBS

- älter als 50 Jahre
- Typ-2-Diabetes
- Bluthochdruck oder hohe Blutfettwerte
- Übergewicht
- chronisch-entzündliche Darmerkrankung
- übermäßiger Fleischverzehr (mehr als 500 Gramm pro Woche)
- täglicher Alkoholgenuss (mehr als ein Glas)
- weniger als 60 Minuten Bewegung täglich
- Blut im Stuhl
- Darmkrebserkrankungen in der Familie
- Rauchen

Anzeige

Klinikum | St.GEORG

Sie wollen keine Sprechstunde mehr verpassen?

Gern senden wir Ihnen das Magazin kostenfrei nach Hause. Schicken Sie uns dafür eine E-Mail an gewinnspiel@sprechstunde-leipzig.de oder eine Postkarte an Gecko Networks GmbH, Stichwort: Sprechstunde Leipzig | Arthur-Hoffmann-Str. 66 | 04275 Leipzig. Vergessen Sie Ihre Adresse nicht! Viel Freude beim Lesen!

sprechstunde-leipzig.de

HINTER DEN KULISSEN

IN DER KRANKENHAUSAPOTHEKE

HERSTELLUNG VON ERNÄHRUNGSLÖSUNGEN

Die Krankenhausapotheke des Klinikums St. Georg verfügt über alle personellen und räumlichen Voraussetzungen für eine optimale Versorgung der Patientinnen und Patienten. Alle Kliniken, Operationssäle, Institute und Laboratorien werden mehrmals wöchentlich mit Fertigarzneimitteln, Infusionslösungen und selbst hergestellten Medikamenten versorgt, darunter auch parentale Ernährungslösungen für die Frühgeborenen auf der Neonatologie.

ERNÄHRUNGSLÖSUNGEN FÜR DIE FRÜHGEBORENEN

Die Neonatologie des Klinikums St. Georg erfüllt die Kriterien für ein Perinatalzentrum Level 1. Besonders unreife Neugeborene können hier umfassend versorgt werden. Zur Ernährung der Frühgeborenen sind spezielle Nährlösungen notwendig, die extra in der Apotheke hergestellt werden. Es gibt zwei Standardnährlösungen in zwei Größen, aber auch Sonderanforderungen, bei denen die Menge an Elektrolyten, Glukose und Aminosäuren patientenspezifisch angepasst werden kann.

GOOD-MANUFACTURING-PRACTICE-RÄUME

Die Apotheke verfügt über zwei hochmoderne GMP-Räume. Diese Good-Manufacturing Practice-Räume garantieren die Herstellung steriler Arzneimittel. Zwei Apotheker, ein Pharmazieingenieur und fünf pharmazeutisch-technische Assistenten arbeiten in der Abteilung. Ein Raum dient zur Herstellung toxischer und einer zur Produktion nicht-toxischer Arzneimittel.

AUFWENDIGE EINSCHLEUSUNG

Die Mitarbeiter passieren drei Schleusen, in denen nach und nach Reinraumkleidung, bestehend aus Unterbekleidung, Schuhen, Kopfhaube, Mundschutz, sterilem Overall und Handschuhen, angelegt wird. Im Herstellungsraum desinfizieren die Mitarbeiter anschließend alle Flächen und benötigten Materialien. Das Vieraugenprinzip stellt die korrekte Arbeitsweise sicher.

LÜCKENLOSER HERSTELLUNGSPROZESS

Eine Vierkanal-Pumpenmaschine zieht die einzelnen Bestandteile der Ernährungslösung auf und füllt sie in einen sterilen Leerbeutel. Alle benötigten Lösungen sind über Verbindungsschläuche an die Pumpenmaschine angeschlossen. Die Volumen für die jeweiligen Beutelzusammensetzungen sind im Gerät gespeichert. Dieses erkennt automatisch, wenn eine Flasche leer ist und stoppt, so dass keine Luft aufgezogen wird. Der Hersteller wechselt leere Flaschen und setzt den Abfüllvorgang fort, während der Zureicher für Nachschub sorgt und fertige Beutel aus der Werkbank entnimmt.

ENGMASCHIGE ÜBERWACHUNG

Nach jeder Herstellung werden Proben zur mikrobiologischen Kontrolle genommen und durch das Zentrum für Klinische Chemie, Mikrobiologie und Transfusionsmedizin ausgewertet. Außerdem garantieren weitere permanente Überwachsungsmaßnahmen im GMP-Bereich die hohen hygienischen Maßstäbe.

TRANSPORT ZUR STATION

Nach der Herstellung wird alles desinfiziert. Die Beutel mit den Ernährungslösungen werden ausgeschleust. Im auslaufsicheren Transportkoffer, der ausschließlich für nicht-toxische Produkte geeignet ist, werden die Beutel mit dem Hol- und Bringedienst zur Neonatologie transportiert. Optimales Zeit- und Personalmanagement ermöglicht einen reibungslosen und störungsfreien Bestell- und Herstellungsprozess in der Apotheke am Klinikum St. Georg.

Wer kratzt, schädigt die Haut weiter, **diese entzündet sich und juckt noch mehr.**

NEURODERMITIS

QUÄLENDER JUCKREIZ

Etwa jedes sechste bis zwölfte Kind unter sechs Jahren leidet an Neurodermitis. Damit gehört die Hauterkrankung zu den häufigsten im Kindesalter. Dabei handelt es sich um eine chronisch entzündliche, aber nicht ansteckende, mit quälendem Juckreiz einhergehende Krankheit. Bei ungefähr einem Drittel der Betroffenen ebben die Symptome im Laufe der Jahre ab und verschwinden sogar vollständig.

>>> Bei Neurodermitis-Patienten ist die Schutzfunktion der Haut herabgesetzt. Das hat zur Folge, dass der Kontakt mit physikalischen, chemischen oder mikrobiellen Reizen zu Entzündungen führen kann. Durch das Kratzen der juckenden Hautstelle verstärkt sich die Entzündungsreaktion. Der starke Juckreiz hält meist den ganzen Tag an und verschlimmert sich häufig über Nacht. Typische Symptome sind trockene Haut mit geröteten entzündeten Stellen, flächenhafte Verdickung und Vergröberung der Haut sowie Knötchen und Pusteln. Häufig befinden sich die betroffenen Stellen bei Kleinkindern und Jugendlichen an den Gelenkbeugen, Handgelenken, Händen und im Nacken. Bei Babys kann der sogenannte Milchschorf im Gesicht und an den Außenseiten von Armen und Beinen ein erstes Anzeichen für Neurodermitis sein.

Die Ursachen der Neurodermitis, auch atopische Dermatitis oder atopisches Ekzem genannt, sind bis heute nicht eindeutig geklärt. „Ein wesentlicher Faktor ist eine angeborene Veranlagung. Das Risiko, dass ein Kind an Neurodermitis erkrankt, wenn ein Elternteil betroffen ist, liegt bei fast 40 Prozent. Leiden beide Elternteile an der Hauterkrankung, steigt das Risiko auf 67 Prozent“, weiß Professor Michael Borte, Chefarzt an der Klinik für Kinder- und Jugendmedizin. Aber auch Umweltfaktoren, körperliche Belastungen, aufregende und belastende Ereignisse, Infekte und Allergene spielen eine erhebliche Rolle. Auch wenn Neurodermitis in jedem Alter auftreten kann, beginnt sie meist schon im Säuglingsalter. Ausschließliches Stillen in den ersten vier Lebensmonaten und das konsequente tägliche Eincremen des gesamten Babykörpers mit einer rückfettenden Pflegecreme wirken sich positiv aus und können das Risiko stark verringern. „Kinder sollten lieber duschen als baden, weil dadurch die Haut weniger austrocknet. Zu enge Kleidung vermeiden, lieber locker sitzende Kleidung aus Baumwolle oder Leinen anziehen. Neue Kleidungsstücke vor dem ersten Tragen mehrfach waschen. Die Fingernägel des Kindes so kurz wie möglich halten, um das Kratzen abzuschwächen, und Überwärmung vermeiden, weil Schwitzen den Juckreiz verstärkt,“ rät Prof. Michael Borte. ■

Ihr Ansprechpartner im Klinikum St. Georg

Prof. Dr. med. habil. Michael Borte
Chefarzt

Klinik für Kinder- und Jugendmedizin
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig
0341 909-3601
kinder-jugendmedizin@sanktgeorg.de

Fast 70 % der 2- bis 5-Jährigen können sich nicht zwei Stunden alleine beschäftigen, ohne dabei digitale Medien zu nutzen.

KINDERKRANKHEITEN 4.0

SO SCHÄDLICH SIND SMARTPHONE UND CO.

„Schau nicht so viel Fernsehen, sonst bekommst du viereckige Augen!“ – viele Eltern werden diese Warnung noch aus eigenen Kindertagen kennen. Im heutigen digitalen Zeitalter steht die große Flimmerkiste jedoch längst nicht mehr im Fokus der Aufmerksamkeit. Smartphones und Tablets haben sich dazugesellt und sind zum Dauerbegleiter im Alltag geworden – mit fatalen Folgen, gerade für junge Nutzer.

>>> Wie aktuelle Medienstudien 2017 belegen, schaden Smartphone und Co. Kindern und Jugendlichen. Die übermäßige Nutzung schon im jungen Kindesalter kann zu Entwicklungs- und Sprachverzögerungen führen, auch Unkonzentriertheit und Hyperaktivität gehören zu den Folgen. Im Rahmen der Studie wurden insgesamt 5.573 Kinder und Jugendliche über einen Zeitraum von sechs Monaten untersucht. Die Ergebnisse sind eindeutig: Säuglinge, deren Mütter tagsüber während der Betreuung digitale Medien nutzten, litten beispielsweise unter Fütterungs- und Einschlafstörungen. Bei den Zwei- bis Fünfjährigen wurden signifikante Störungen in der Sprachentwicklung festgestellt, sofern sie täglich in Kontakt mit digitalen Bildschirmmedien kamen – laut Studie nutzen immerhin 70 Prozent der Kinder im Kita-Alter täglich eine halbe Stunde das Smartphone ihrer Eltern. Viele dieser Kinder lernen nicht, sich ohne digitale Medien alleine zu beschäftigen. Bei den 8- bis 13-jährigen Probanden kamen neben Unkonzentriertheit und Hyperaktivität außerdem Gewichtsprobleme hinzu, denn mit der täglichen Nutzung digitaler Medien geht auch ein erhöhter Genuss von Süßigkeiten und zuckerhaltigen Getränken einher. Zudem gaben die Jugendlichen an, ihre Internetnutzung selbst nicht kontrollieren zu können. Hier sind also die Eltern gefragt, die Mediennutzung auf ein sinnvolles Maß einzuschränken.

Dabei gilt: Kleinkinder bis drei Jahre sollten überhaupt keine Filme, Videos oder ähnliches auf Bildschirmmedien schauen. Bei Drei- bis Sechsjährigen sollte der Bildschirm nicht länger als 30 Minuten am Tag an sein und Kinder zwischen sechs und zehn Jahren sollten maximal eine Stunde täglich digitale Bildschirmmedien nutzen. „Erwachsene fungieren hier natürlich auch als Vorbild. Sie selbst sollten während der gemeinsamen Familienzeit ebenfalls auf die Nutzung von Smartphone, Tablet und Co. verzichten“, betont Dr. Peter Grampp, Ärztlicher Leiter am Fachkrankenhaus Hubertusburg in Wermsdorf. Doch der Experte weiß, dass genau da manchmal das Problem liegt: denn nicht nur Kinder und Jugendliche sind gefährdet, auch viele Erwachsene leiden inzwischen unter einer sogenannten digitalen Mediensucht.

In seiner Sprechstunde behandelt Grampp unter anderem Patienten, die sich ein Leben ohne Smartphone und Co. nicht mehr vorstellen können. ■

Ihr Ansprechpartner im Klinikum St. Georg

Dr. Peter Grampp
Chefarzt

Klinik für Psychiatrie
Fachkrankenhaus Hubertusburg
04779 Wermsdorf
034364 62261
peter.grampp@kh-hubertsburg.de

PROFESSOR DR. MED. HABIL.

MICHAEL BORTE

im Interview

Primäre Immundefekte – neuer Test zur frühzeitigen Diagnose entwickelt

Eine frühzeitige Diagnose und Behandlung erspart Betroffenen einen langen Leidensweg.

Das Immunsystem schützt den menschlichen Organismus vor Viren, Bakterien und anderen Mikroorganismen. Bei Menschen mit einem primären – sprich angeborenen – Immundefekt (PID) sind ein oder mehrere Kompartimente des körpereigenen Abwehrsystems gestört oder ausgefallen. Die Folge sind häufige, immer wiederkehrende Infektionen. Das ImmunDefectCentrum Leipzig (IDCL) behandelt aktuell rund 300 Betroffene aus Sachsen, Sachsen-Anhalt und Thüringen. Im Interview erklärt der Direktor des IDCL und Chefarzt der Kinderklinik am St. Georg, Professor Dr. Michael Borte, warum die Krankheit leider meist erst spät erkannt und wie sie behandelt werden kann.

Herr Professor Dr. Borte, wie viele Menschen leiden in Deutschland an einem primären Immundefekt?

Primäre Immundefekte werden immer für eine seltene Erkrankung gehalten. Tatsächlich sind sie jedoch sehr weit verbreitet. Mit einem Verhältnis von 1 zu 250 bis 500 leiden in Deutschland mehr Menschen unter einem primären Immundefekt als an einem Typ-1-Diabetes-mellitus. Hochgerechnet sind das bis zu 50.000 Betroffene. Amtlich registriert waren zum Januar dieses Jahres jedoch nur rund 2.300 Patienten. Das liegt vor allem daran, dass primäre Immundefekte schwer zu diagnostizieren sind.

Warum ist die Diagnosestellung so schwierig?

Weil die Symptome der Erkrankung meist sehr unspezifisch sind. Die fehlende körpereigene Immunabwehr äußert sich vor allem in häufigen und zum Teil schwer verlaufenden Infektionen. Weit verbreitet sind Infektionen der oberen Atemwege, rezidivierende Otitis – also Mittelohrentzündungen – sowie hoch fieberhafte Erkrankungen. Die Deutsche Selbsthilfe Angeborene Immundefekte e.V. hat die wichtigsten Symptome beziehungsweise Hinweise für einen möglichen angeborenen Immundefekt gelistet. Eben aufgrund dieser unspezifischen Symptome ist es umso wichtiger, sowohl die breite Bevölkerung im Allgemeinen als auch Kinder- und Hausärzte im Speziellen für dieses Thema zu sensibilisieren.

Wie erfolgt die Diagnose?

Bei der häufigsten Form primärer Immundefekte, dem Antikörpermangelsyndrom, fehlen dem Körper sogenannte Immunglobuline, die sich im Normalfall an körperfremde Antigene binden, diese eliminieren und weitere Abwehrmechanismen im Körper auslösen. Wir bestimmen also die Anzahl der vorhandenen Immunglobuline. Ist diese reduziert oder sind gar keine vorhanden, deutet dies auf einen Defekt oder das Fehlen von B-Lymphozyten hin, die normalerweise für die Produktion der Immunglobuline zuständig sind. Zudem gibt es verschiedene spezialisierte Diagnoseverfahren, um zu überprüfen, ob auch T-Lymphozyten defekt sind. Sind sowohl B- als auch T-Zellen betroffen, sprechen wir von einem schweren kombinierten Immundefekt. Diese Form ist sehr selten, für Neugeborene jedoch binnen weniger Tage lebensbedrohend.

Wie schnell erfolgt die Diagnose und wie werden Betroffene anschließend behandelt?

Da wir im Klinikum St. Georg über ein eigenes spezialisiertes immunologisches Labor verfügen, ist die Diagnose nach wenigen Tagen gesichert. Im Falle eines Antikörpermangelsyndroms erhalten die Patienten eine Therapie, bei der Immunglobuli G injiziert werden. Die Injektion kann entweder ambulant auf intravenöse Weise im Klinikum erfolgen oder zu Hause subkutan, also unter die Haut, in Heimselbstbehandlung. Diese Therapie erzielt sehr gute Ergebnisse, der Betroffene ist weitestgehend vor Infektionen geschützt und kann wieder aktiv am sozialen Leben teilhaben. Bei einem T-Zellen-Defekt hilft diese Form der Behandlung allein nicht. Hier kommt einzig eine Stammzelltransplantation infrage.

Gibt es Möglichkeiten, die Erkrankung frühzeitig zu diagnostizieren?

In einem gemeinsamen Forschungsprojekt mit dem Karolinska-Institut aus Schweden haben wir ein Neugeborenen-Screening – das sogenannte Screening-ID – entwickelt. Hierzu wird zwischen dem 3. und 5. Lebenstag anlässlich des gesetzlich vorgeschriebenen Neugeborenen-Screenings eine Blutentnahme beim Baby durchgeführt. Unser Test detektiert den Mangel wichtiger Immunabwehrzellen bereits zum Zeitpunkt der Geburt, womit betroffene Patienten frühzeitig einer effektiven Therapie zugeführt werden können. Seit drei Jahren bieten wir diesen Test allen Müttern, die ins Klinikum St. Georg zur Geburt ihres Kindes kommen, kostenfrei an. Aktuell prüft der Gemeinsame Bundesausschuss, ob der Test deutschlandweit als Standard eingeführt wird. Ein positiver Bescheid wird zeitnah erwartet.

Warnzeichen für einen **Immundefekt bei Erwachsenen**

- vier oder mehr Infektionen innerhalb eines Jahres, die mit Antibiotika behandelt werden mussten
- zwei oder mehr schwere bakterielle Infektionen
- zwei oder mehr radiologisch nachgewiesene Lungenentzündungen innerhalb von drei Jahren
- Infektion mit ungewöhnlicher Lokalisation oder mit ungewöhnlichem Erreger
- primärer Immundefekt in der Familie

Warnzeichen für einen **Immundefekt bei Kindern**

- mehr als zwei Lungenentzündungen pro Jahr
- mehr als zwei schwere Nasennebenhöhlenentzündungen pro Jahr
- mehr als acht neue Infektionen im Ohr innerhalb eines Jahres
- Knochenmark- und Hirnhautentzündungen oder schwere Infektionen
- dauerhafter Pilzbefall im Mund oder anderswo nach dem ersten Lebensjahr
- unklare chronische Rötungen bei Säuglingen an Händen und Füßen
- mehr als zwei Monate Antibiotikatherapie ohne Effekt
- geringes Wachstum, geringes Körpergewicht
- Immundefekte in der Familie

Ihr Ansprechpartner im Klinikum St. Georg

Prof. Dr. med. habil. Michael Borte
Direktor

Immundefektzentrum Leipzig (IDCL)
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig
0341 909-3601
michael.borte@sanktgeorg.de

AUSSERKLINISCHE BEATMUNG

WENN DAS ATMEN SCHWERFÄLLT

2–4 Mio.
Menschen leiden an einer Schlafstörung.

Die Atemmaske wird meist nachts getragen und ermöglicht einen erholsamen Schlaf.

15.000 Atemzüge macht ein gesunder Mensch am Tag. Menschen, die zum eigenständigen Atmen nicht mehr in der Lage sind, können aufgrund der außerklinischen Beatmung wieder ein halbwegs eigenständiges Leben führen. Am Robert-Koch-Klinikum in Grünau wird diese Therapieform seit 2005 angeboten.

>>> Was viele nicht wissen, ist die Tatsache, dass die größte Rolle beim Atmen das Zwerchfell spielt. Unterhalb der Lunge sitzend, verkürzt es sich beim Einatmen, sodass die Lungengrenze nach unten gezogen wird und Luft in die Lunge strömt. „Bei Menschen mit eingeschränkter Atemfunktion arbeitet das Zwerchfell nicht mehr richtig. Dieses funktioniert wie jeder andere Muskel im Körper auch. Wenn es selbst nicht mehr die nötige Kraft aufbringen kann, wird das Atmen mühsam, der Betroffene bekommt nicht mehr ausreichend Luft, wird kurzatmig und es kommt zu Atemnot“, erklärt Privatdozent Dr. Thomas Köhnlein, Chefarzt der Klinik für Pneumologie und Intensivmedizin am Robert-Koch-Klinikum. Die größte Gruppe, die auf eine außerklinische Beatmung angewiesen ist, sind Patienten mit einer weit fortgeschrittenen chronischen obstruktiven Lungenerkrankung (COPD). „In Deutschland gibt es mehrere Hunderttausend COPD-Patienten, deren Akutproblem die überblähte, immer größer werdende Lunge ist. Diese hat dann nur noch die Möglichkeit, sich nach unten auszudehnen. Damit drückt sie auf das Zwerchfell und eine ausreichend tiefe Atmung ist dauerhaft nicht mehr möglich“, so der Experte. „Eine Beatmungstherapie ist, um genau zu sein, in erster Linie eine Zwerchfelltherapie.“ Aber auch Patienten mit neuromuskulären Erkrankungen (Myopathien, ALS, Dystrophien, SMA) und mit schweren Thoraxverformungen profitieren davon.

Generell wird bei der außerklinischen Beatmung zwischen zwei Verfahren unterschieden: die invasive und die nichtinvasive Beatmung. Die invasive Beatmung erfolgt über einen operativ angelegten Zugang zu den Atemwegen (Tracheostoma). Dies bedeutet jedoch eine erhebliche Verminderung der Lebensqualität. Deshalb wird stets versucht, die Patienten mit nichtinvasiver Beatmung zu behandeln. Darunter versteht man eine vorübergehende oder dauerhafte künstliche Beatmung mit speziellen Beatmungsgeräten außerhalb der Klinik. Dann werden Patienten über eine Atemmaske mit ausreichend Sauerstoff und dem nötigen Beatmungsdruck versorgt. 95 Prozent aller Patienten können mit der außerklinischen Beatmungsmaske behandelt werden. „Meistens wird die Maske nur über Nacht getragen. Das hat den Vorteil, dass sich der Patient tagsüber fitter fühlt, weil er einen besseren Schlaf mit ausreichenden Tiefschlafanteilen hinter sich hat. Viele Patienten brauchen von 24 Stunden nur sechs Stunden das Beatmungsgerät. In dieser Zeit transportiert das Beatmungsgerät die Luft in die Lunge, dadurch wird dem Zwerchfell die Arbeit abgenommen, es kann sich regenerieren und neue Kraft schöpfen“, erläutert Dr. Köhnlein. Die Beatmungsgeräte werden individuell für den jeweiligen Patienten angepasst. Sie erkennen, wie viel Luft in die Lunge strömt, und regulieren diese gegebenenfalls, sodass der zu Beatmende exakt die richtige Menge Luft erhält.

95 % aller Patienten können mit der außerklinischen Beatmungsmaske behandelt werden.

Am Robert-Koch-Klinikum wird diese Therapie in einem kurzen stationären Aufenthalt eingeleitet. Gemeinsam mit einer speziell ausgebildeten Atmungstherapeutin werden Maske und Beatmungsgerät in zwei bis drei Tagen angepasst. Das Beatmungsgerät behält der Patient für unbestimmte Zeit. Eine Kontrolle ist alle paar Monate nötig, wobei sich der Kontrollabstand bei stabilen Patienten immer weiter vergrößert. Dann bleibt der Patient für eine oder zwei Nächte stationär, und sein Beatmungsgerät wird gegebenenfalls neu eingestellt.

Die außerklinische Beatmung bringt viele Vorteile mit sich, wie der Chefarzt weiß: „Diese Form der Behandlung bedeutet für die Betroffenen eine erhebliche Verbesserung der Lebensqualität. Sie erleiden weniger Luftnot, sind trotz ihrer schweren Lungenerkrankung mobiler, können sich dadurch freier bewegen und ihre sozialen Kontakte weiterhin pflegen.“ ■

Ihr Ansprechpartner im Klinikum St. Georg

PD Dr. med. Thomas Köhnlein
Chefarzt

Klinik für Pneumologie und Intensivmedizin
Robert-Koch-Klinikum
Nikolai-Rumjanzew-Str. 100 | 04207 Leipzig
0341 423-1202
thomas.koehnlein@sanktgeorg.de

Frühstart ins Leben

VERSORGUNG AUF HÖCHSTEM NIVEAU FÜR DIE KLEINSTEN DER KLEINEN

In Deutschland werden jährlich ca. 60.000 Kinder zu früh geboren. Demnach ist eines von zehn Neugeborenen ein sogenanntes "Frühchen". Damit sind die Frühgeborenen die größte Kinderpatientengruppe Deutschlands, worauf auch der Bundesverband "Das frühgeborene Kind" hinweist. Die Kleinsten der Kleinen wiegen meist nicht einmal 1000 Gramm. Dank moderner Medizin und langjähriger Erfahrung in der Betreuung haben diese Kinder heute gute Entwicklungschancen.

>>> Die winzigen Patienten der Neonatologie am Klinikum St. Georg wirken im Vergleich zu Babys, die in der 40. Schwangerschaftwoche geboren wurden, zart und zerbrechlich. Hier werden gesunde und kranke, reife und zu früh geborene (vor der 37. Schwangerschaftswoche) Kinder behandelt. „Auf unserer Neonatologie stellen wir für die Frühgeborenen die Bedingungen im Mutterleib nach, bis die Unreife der Organsysteme überwunden ist. Dafür werden die Frühgeborenen im Inkubator (im Volksmund „Brutkasten“ genannt) oder auch im Wärmebett gepflegt. Um rechtzeitig Komplikationen erkennen zu können, sind sie an Überwachungsgeräte angeschlossen“, erläutert Oberärztin Dr. Silke Hennig, die seit diesem Jahr die Abteilung Neonatologie am Klinikum leitet. Als Perinatalzentrum der höchsten Versorgungsstufe (Level 1) können im St. Georg alle Früh- und Neugeborenen mit jeglicher Erkrankung behandelt werden, ob mit Fehlbildungen, chronischen oder chirurgischen Erkrankungen. Etwa 400 Frühgeborene versorgt das Neonatologie-Team jährlich. Eine enge und disziplinübergreifende Zusammenarbeit vor Ort mit den Teams der Perinatalmedizin und Geburtshilfe, der Kinderdialyse und der Kinderchirurgie sichert die umfassende Betreuung der kleinen Patienten. Neben modernsten intensivmedizinischen Verfahren bei Schwerkranken kommen auch sanfte, entwicklungsfördernde Pflegeverfahren zum Einsatz.

Etwa
400
Frühgeborene werden jährlich in der Neonatologie des Klinikums St. Georg versorgt.

„Neben der medizinischen Betreuung gehört die Begleitung der Eltern zum wichtigsten Teil unserer Arbeit“, erklärt Dr. Silke Hennig. „Für die Eltern stellt die Zeit in der Neonatologie eine extreme Belastungssituation dar. Das Gefühl der Hilflosigkeit und die Angst um das eigene Kind sind überwältigend. Wir sorgen dafür, dass die Eltern frühzeitig mit dem Frühgeborenen kuscheln. Dadurch gewinnen sie Vertrauen und verlieren ihre Berührungsängste. Zudem wirkt sich der Körperkontakt positiv auf die Entwicklung der Kinder aus“ ergänzt die Abteilungsleiterin.

Zu den Stationen der neonatologischen Intensivstation und Nachsorge haben Eltern jederzeit ohne Einschränkungen Zugang. Das virtuelle Besuchssystem „Kuschelblick“ ermöglicht Geschwistern und Verwandten zudem, das neue Familienmitglied per Videoübertragung am heimischen Computer oder über das Smartphone zu beobachten.

Erlaubt es der Gesundheitszustand des Babys, wird es auf die Nachsorgestation verlegt. Hier kann die Mutter Tag und Nacht mit dem Sprössling zusammen sein, denn dank „Rooming-in“ sind sie gemeinsam in einem Zimmer untergebracht. Außerdem lernen die Eltern, worauf sie beispielsweise beim Baden achten müssen und wie sie die Bewegungsfähigkeit des Kindes unterstützen können. „Die Erfahrung zeigt, dass es den Eltern dank der professionellen Anleitung in der Klinik zu Hause leichter fällt, ihren Nachwuchs zu betreuen“, betont Dr. Silke Hennig.

Treten Fragen oder Probleme auf, steht das erfahrene Team vom Klinikum St. Georg in der Nachsorgesprechstunde zur Verfügung. Hier kontrollieren die Ärzte auch die Entwicklung der ehemaligen Frühchen. So können bei möglichen Einschränkungen rechtzeitig Maßnahmen wie Physiotherapie oder Logopädie getroffen werden. ■

Ihr Ansprechpartner im Klinikum St. Georg

Dr. med.
Silke Hennig
Abteilungsleiterin

Abteilung Neonatologie |
Perinatalzentrum Level 1
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig
0341 909-3604
silke.hennig@sanktgeorg.de

KRAMPFADERN

NUR EIN SCHÖNHEITSMAKEL ODER GEFÄHRLICH?

Krampfadern gelten hierzulande vor allem als kosmetischer Makel. Doch nicht selten können die bläulichen, unregelmäßig geschlängelten Venen an den Beinen auch zu einem medizinischen Problem werden. Wenn sich zu den Krampfadern geschwollene und schmerzende Beine gesellen, sollte unbedingt ein Arzt aufgesucht werden.

>>> Jeder fünfte Erwachsene leidet in Deutschland unter Krampfadern, die in Fachkreisen Varizen genannt werden. Frauen sind dabei sehr viel häufiger betroffen als Männer. Verantwortlich für die eher unschönen Alltagsbegleiter ist eine Bindegewebsschwäche, die die Venen mit der Zeit erschlaffen lässt. Vor allem in den Beinen weiten sich die Venen häufig. Gegen die Schwerkraft muss das Blut in den Venen zum Herzen geleitet werden. Die sogenannten Venenklappen verhindern, dass das Blut wieder zurückfließt. Bei einer Bindegewebs- oder Venenschwäche weiten sich die Venen jedoch, die Venenklappen schließen nicht mehr vollständig und das Blut „versackt" in den oberflächlichen Beinvenen und kann nicht mehr in das tiefer gelegene Venensystem abfließen – Krampfadern entstehen.

„Wir unterscheiden zwischen sogenannten Besenreiser- beziehungsweise netzartigen Varizen und den sehr viel schwereren Formen der Stammvarikosis und Seitenastvarikosis", erklärt Dr. Gert Hennig, Chefarzt der Klinik für Gefäßchirurgie am Klinikum St. Georg in Leipzig. Die Besenreiser sind eine Unterform der Krampfadern und verursachen in der Regel keine Beschwerden. Für Betroffene steht hier eher der kosmetische Aspekt im Vordergrund, sie fühlen sich unwohl und lassen den Makel deshalb behandeln. Sind hingegen die Stammvenen oder Seitenäste betroffen, kommt es im Verlauf der Erkrankung zu zunehmenden Beschwerden. „Betroffene leiden vermehrt unter einem Spannungs- und Schweregefühl oder auch Schmerzen in den Beinen nach langem Stehen oder Sitzen. Im Laufe des Tages und bei warmen Temperaturen verstärken sich die Symptome. Treten diese Symptome auf, sollte in jedem Fall ein Arzt aufgesucht werden", weiß der Experte. Unbehandelt schreitet die Krankheit fort und kann im weiteren Verlauf zu Ekzemen, Thrombosen und Entzündungen oder sogar Blutungen führen.

Nach der Diagnose mithilfe einer farbcodierten Ultraschalluntersuchung wird gemeinsam mit dem Patienten entschieden, ob ein operativer Eingriff vonnöten ist oder eine Kompressionstherapie ausreicht. Nicht selten werden beide Behandlungsformen kombiniert. „Die operative Therapie richtet sich nach Befundausprägung, Begleitkrankheiten, dem Alter sowie dem Allgemeinzustand. Sie ist sowohl ambulant als auch stationär durchführbar. Es gibt verschiedene Verfahren, in denen die Varizen entweder gezogen oder verödet werden", erklärt der Chefarzt. Welches Verfahren letztlich zum Einsatz kommt, wird individuell mit jedem Patienten abgewogen. ■

Ihr Ansprechpartner im Klinikum St. Georg

Dr. med. Gert Hennig
Chefarzt

Klinik für Gefäßchirurgie
Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig
0341 909-2236
gefaesschirurgie@sanktgeorg.de

Pflanzliche Alleskönner

Der Sommer neigt sich dem Ende zu und der Herbst steht bereits vor der Tür. Die perfekte Zeit, um bei einem ausgiebigen Spaziergang durch Parks und Wälder den heimischen Kräutervorrat aufzufüllen. Denn hierzulande wachsen allerlei nützliche Wildkräuter am Wegesrand, im Wald und auf Wiesen. Sie verleihen nicht nur Gerichten eine besondere geschmackliche Note, sondern helfen auch bei gesundheitlichen Problemen.

Auf die Kräuter, fertig, los!

Hagebutte

Mit rund 1.250 Milligramm Vitamin C pro 100 Gramm sind Hagebutten echte Vitamin-C-Bomben. Zum Vergleich: Eine Orange enthält rund 50 Milligramm Vitamin C pro 100 Gramm. Dazu gesellen sich zahlreiche weitere gesundheitsfördernde Inhaltsstoffe, wie beispielsweise Fruchtsäuren, Mineralstoffe und ätherische Öle. Hagebuttentee wirkt abführend und fiebersenkend, als Spülung wirkt er zudem vorbeugend gegen Parodontose. Dank Vitamin B1 haben die roten Früchte außerdem eine beruhigende und stressreduzierende Wirkung. Hagebutten sollten am besten im späten Herbst, nach dem ersten Reif, gesammelt und anschließend ein paar Tage getrocknet werden. Außer in Tee kann die Frucht als Sirup, Marmelade, Kompott oder in Likör verwendet werden.

Beifuß

Der Beifuß wird von den meisten Menschen als Unkraut verkannt. Tatsächlich bewirkt die Pflanze jedoch seit Jahrhunderten medizinische Wunder. Als Öl lindert das Kraut Schmerzen in Beinen und Füßen. Dank der wärmebildenden Eigenschaften wird Beifußtee vor allem bei Menstruationsbeschwerden eingesetzt. Als warmes Fußbad hilft das Kraut zudem gegen Blasenentzündungen. Des Weiteren ist Beifuß das perfekte Gewürz für besonders fette Speisen, denn der leicht bittere Geschmack fördert die Verdauungsvorgänge.

Brennnessel

Die Brennnessel zählt zu den ältesten Heilkräutern. Es ist wissenschaftlich erwiesen, dass sie Arthrose, Arthritis, Prostatabeschwerden und Blasenprobleme lindern sowie entzündliche Darmerkrankungen positiv beeinflussen kann. Sie wirkt unter anderem blutreinigend, entzündungshemmend und entgiftend, stärkt die Verdauung und hilft bei Magenkrämpfen, Rheuma oder Gicht. Zudem eignet sich die Brennnessel hervorragend als Lebensmittel, ob für Salate, Soßen oder als Tee. Verwendet wird die ganze Pflanze – Blätter, Samen und Wurzel.

kleine Braunelle

Von Mai bis Oktober lässt sich die nur bis zu 30 Zentimeter hohe Kleine Braunelle sammeln. Das Kraut mit seinen blaulila Blüten und den eiförmigen Blättern wurde früher vor allem gegen Diphterie eingesetzt. Zubereitet als Tee, hilft sie außerdem gegen Entzündungen des Rachenraumes sowie bei Verdauungsproblemen. Besonders gut schmecken sowohl Blüten als auch Blätter in Suppen.

Wegwarte

Wie der Name verrät, wächst die Wegwarte mit ihren himmelblauen Blüten bevorzugt an Wegrändern. In der Naturheilkunde werden Blüten, Blätter sowie die Wurzel verwendet. Während die Blüten im Juli geerntet werden, gräbt man die Wurzeln erst im Spätherbst aus, zerteilt diese und trocknet sie an der Luft. Als Tee oder Tinktur hilft die Wegwartewurzel vor allem bei Verdauungsproblemen. Kleine getrocknete Wurzelstücke können zudem geröstet und gemahlen und später wie Kaffee verwendet werden. Wurzel und Kraut können außerdem äußerlich bei unreiner Haut oder Ekzemen angewendet werden.

HÄTTEN SIE'S GEWUSST?

Medizin zwischen Fakt und Mythos

So mancher medizinischer Volksglaube hält sich bereits über Generationen hinweg – und das so hartnäckig wie ein Schnupfen. Ganz egal, ob Sommer oder Winter, es gibt die großen und kleinen Gesundheitsmythen zu jeder Zeit und in großer Zahl. Doch welches Wissen ist hilfreich und was gehört in das Reich der Sagen verbannt?

CHOLESTERIN IST UNGESUND

Cholesterinfreies Essen hat beispielsweise in den USA denselben Status wie bei uns die Ware aus dem Biomarkt. Zu Recht? Grundsätzlich braucht der Körper Cholesterin zur Stabilisierung von Zellen und als Vorstufe für weitere Stoffe. Deshalb stellt es der Körper zu großen Teilen selbst her. Der Rest wird über die Nahrung aufgenommen. Da der Herstellungsaufwand für den Körper aber sehr groß ist, kann überschüssiges Cholesterin nicht einfach ausgeschieden werden. Es bleibt daher im Kreislauf, wo es sich an den Gefäßwänden ablagern kann. Die Menge macht daher das Gift.

COLA UND SALZSTANGEN HELFEN BEI DURCHFALL

Verliert der Körper zum Beispiel durch Durchfall oder Erbrechen Mineralien, wird einem schnell zum Verzehr von Cola und Salzstangen geraten. Aber Vorsicht: Das Gegenteil ist der Fall. Besonders bei Kindern kann das in der Cola enthaltene Koffein Durchfall verstärken. Auch dass Wasser und Kalium durch Zucker dem Körper entzogen werden, ist nicht gesundheitsfördernd. Sinnvoller ist der Griff zu Tees, Elektrolyte-Lösungen oder Zwieback.

BEI NASENBLUTEN DEN KOPF IN DEN NACKEN LEGEN

Besonders wenn die Heizungsluft in den Wintermonaten die Nasenschleimhäute austrocknet, sind diese sehr empfindlich. Schon ein leichter Stoß genügt dann, um Nasenbluten auszulösen. Statt den Kopf in den Nacken zu legen, sollte der Kopf unbedingt gerade gehalten werden. Ansonsten kann nämlich Blut in den Magen gelangen, wo es Übelkeit und Brechreiz hervorruft. Am besten die Nase noch zusätzlich mit den Fingern eine Weile zusammenpressen, sodass das Blut gerinnen kann.

WUNDEN HEILEN BESSER AN DER LUFT

Schürfwunden an Knien und Ellbogen werden nicht nur eines Tages zum Tagebuch der eigenen Kindheit, sondern sind vor allem auch Mittelpunkt eines weit verbreiteten medizinischen Mythos. Tatsächlich ist für die Heilung der Wunde Feuchtigkeit ausschlaggebend. Wundsekrete dienen zum einen zum Abtransport von Staub oder Schmutz und zum anderen zum Transport von Nähr- und Botenstoffen hin zur Wunde. Trocknet die Wunde nun aus, gerät die Heilung ins Stocken. Ein Pflaster verhindert genau das.

SITZEN AUF KALTEM BODEN VERURSACHT EINE BLASENENTZÜNDUNG

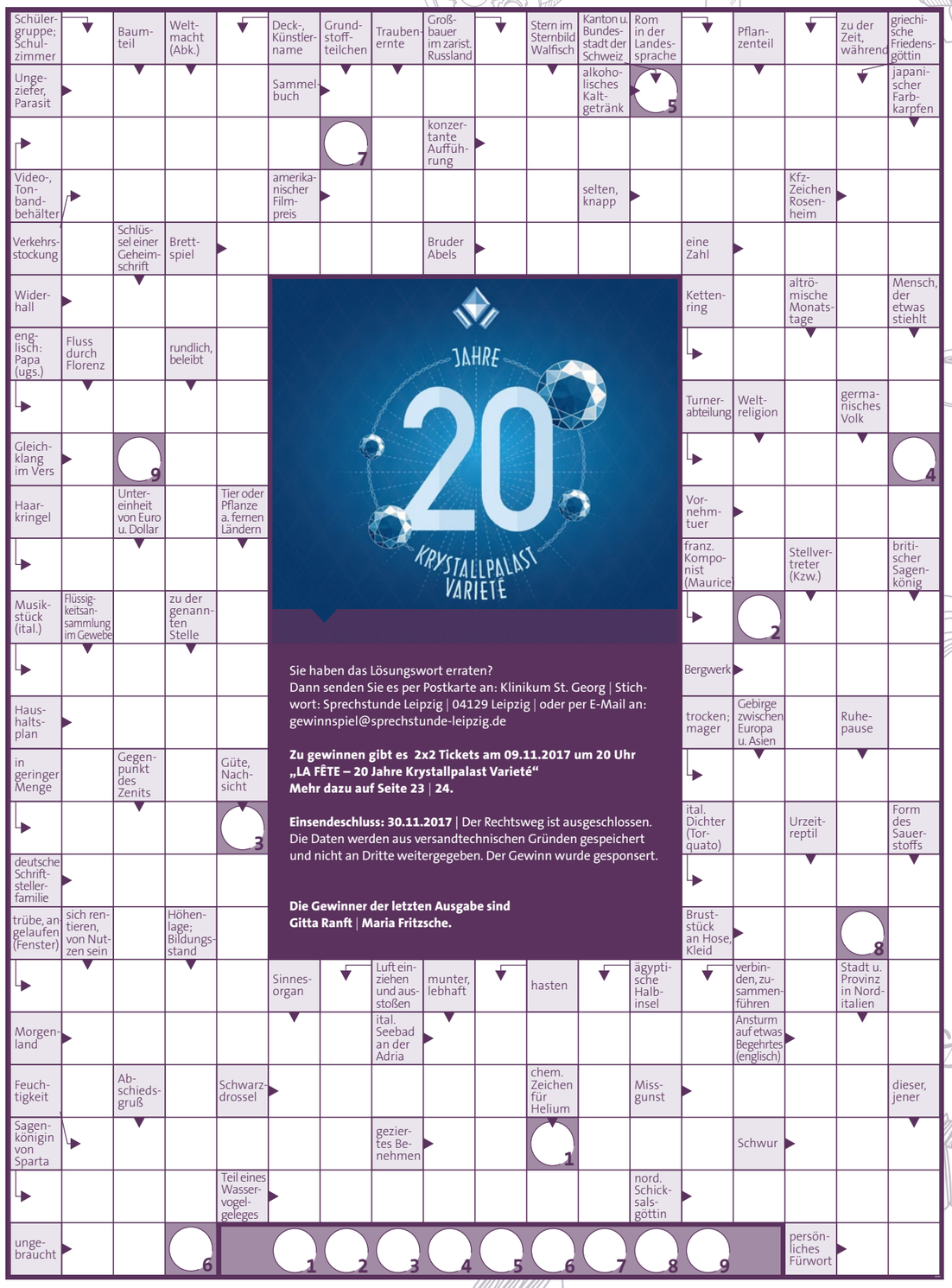
Während es in den Siebziger- und Achtzigerjahren noch hieß, eine zu knappe Bekleidung könnte bei Frauen ursächlich für eine Blasenentzündung sein, sieht man heutzutage das Sitzen auf kalten Flächen als Auslöser an. Auch dieser Mythos gehört ins Reich der Sagen, denn Kälte allein ist nicht der Grund. Zwar drosselt diese die Durchblutung und kann so die Abwehr schwächen. Es sind jedoch angepasste Keime, die es bis in die sonst keimfreie Blase schaffen. Da der Weg der Harnröhre bei Frauen deutlich kürzer ist als bei Männern, haben es diese Keime leichter – völlig unabhängig von Bekleidung oder Untergrund.

LESEN BEI WENIG LICHT IST SCHLECHT FÜR DIE AUGEN

Spricht denn etwas gegen die nächtliche Lektüre bei Kerzenlicht? Lesen bei schwacher Beleuchtung strengt die Augen stärker an, sodass sie gegebenenfalls schneller ermüden. Im schlimmsten Fall ist hier mit Kopfschmerzen zu rechnen. Eine permanente Änderung der Sehleistung kann bislang nicht nachgewiesen werden. Es spricht also nichts dagegen.

GEHIRNJOGGING

GEWINNSPIEL-TEILNAHME



Sie haben das Lösungswort erraten?
Dann senden Sie es per Postkarte an: Klinikum St. Georg | Stichwort: Sprechstunde Leipzig | 04129 Leipzig | oder per E-Mail an: gewinnspiel@sprechstunde-leipzig.de

Zu gewinnen gibt es 2x2 Tickets am 09.11.2017 um 20 Uhr „LA FÊTE – 20 Jahre Krystallpalast Varieté“
Mehr dazu auf Seite 23 | 24.

Einsendeschluss: 30.11.2017 | Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Daten werden aus versandtechnischen Gründen gespeichert und nicht an Dritte weitergegeben. Der Gewinn wurde gesponsert.

Die Gewinner der letzten Ausgabe sind Gitta Ranft | Maria Fritzsche.

KRYSTALLPALAST VARIETÉ

KRYSTALLPALAST VARIETÉ LEIPZIG

Erstklassige Unterhaltung verbindet sich mit internationalem Live-Entertainment, Weltklasse-Artistik und kulinarischen Genüssen – im einzigen, dauerhaft bespielten Varietétheater in den Neuen Bundesländern. Mit seinen alle drei bis vier Monaten wechselnden Shows mit internationalem Cast und seinen exklusiven Menüs im angeschlossenen Varietéres-taurant ist das Krystallpalast Varieté Leipzig inzwischen weit über die Stadtgrenzen hinaus bekannt.

20
JÄHRIGES
JUBILUM

Das Krystallpalast Varieté feiert 20. Geburtstag!

Als 1997 drei junge Varieté-Begeisterte den Namen des historischen Leipziger Krystallpalastes in Besitz nahmen und ein altes Genre neu auferstehen ließen, hätte kaum einer geglaubt, dass auch 20 Jahre später die Begeisterung für exzellente Artistik, Komödiantisches und Zauberkunst ungebrochen sein wird. Aber so ist es! Das Krystallpalast Varieté Leipzig wird zwanzig – und das soll ordentlich gefeiert werden. Was zur Jubiläumsshow LA FÊTE eher gesittet beginnt, entfaltet sich im Lauf des Abends zu einer rauschenden Party voll atemberaubender Akrobatik und tobendem Gelächter. Werfen Sie sich in Schale, lassen Sie die Korken knallen und feiern Sie mit uns ein fulminantes Varieté-Spektakel!

In der Tradition des historischen Leipziger Krystallpalastes, einst eines der renommiertesten, innovativsten Varietés in Europa, in dem Künstler wie Josephine Baker, Rastelli und Otto Reutter gastierten, ist das Krystallpalast Varieté Leipzig seit 1997 im Herzen von Leipzig wieder lebendig, mit Eleganz und zeitgemäßer Größe. Die Markenzeichen des neuen Krystallpalast Varietés Leipzig sind unkonventionelle und poetische Varietéshows, die Besucher aller Altersgruppen in ihren Bann ziehen.

LA FÊTE –
das Varieté feiert Geburtstag

1.11.2017
BIS 3.3.2018

Krystallpalast Varieté Leipzig
Magazingasse 4
04109 Leipzig

www.krystallpalastvariete.de

Name
Krystallpalast Varieté Leipzig

Geburtstag
17.11.1997

Sternzeichen
Skorpion

Erlernter Beruf
Gastgeber par excellence

Lieblingstier
das Kaninchen aus dem Zylinder

Lieblingsfarbe
Glitzer

>>>
Leipzig ist ...
DIE Varietéstadt im Osten!

>>>
Wenn ich richtig gut essen will, dann ...
besuche ich unser hauseigenes Restaurant.

>>>
Zum Frühstück gibt es bei mir ...
Glitzer, Glamour und ein Gläschen Sekt.

>>>
Ganz vorn in meinem Musikregal stehen ...
die Highlights aus 20 Jahren Krystallpalast Varieté.

>>>
Mein letzter Film im Kino war ...
„Cabaret".

>>>
Ich freue mich am meisten auf ...
LA FÊTE, unsere Jubiläumsshow.

>>>
Früher dachte ich immer, ich werde ...
ein Zirkus.

>>>
Meine erste Erinnerung, die ich mit Leipzig verbinde, ist ...
der historische Krystallpalast in der Wintergartenstraße.

HEINRICH SCHÜTZ MUSIKFEST

Dialogo

15. Oktober 2017 | 17.00 Uhr
St. Marienkirche | Weißenfels

Abschlusskonzert
Sacred Bridges
Eine musikalische Reise für Frieden und Verständigung

Hille Perl
artist in residence 2017

Ensemble SARBAND
Die wirbelnden Mevlevi-Derwische
Leipziger Synagogalchor

www.schütz-musikfest.de

Anzeige

Vorschau

Winter | 2017

Adipositas Mit professioneller Hilfe gegen die Pfunde

Typ-2-Diabetes Symptome, Diagnose, Behandlung, Prävention

Schlemmen ohne Reue Gesunde Rezeptideen zum Fest

So wird Weihnachten nicht zur Stressfalle

Impressum

„Sprechstunde Leipzig –
Das Gesundheitsmagazin“

Herausgeber
Klinikum St. Georg gGmbH
Akademisches Lehrkrankenhaus der Universität Leipzig
Geschäftsführerin: Dr. Iris Minde
Delitzscher Straße 141 | 04129 Leipzig

Gecko Networks GmbH
Arthur-Hoffmann-Straße 66 | 04275 Leipzig

Chefredaktion
Manuela Powollik (verantwortlich)
Pressesprecherin und Leiterin Unternehmenskommunikation
Klinikum St. Georg gGmbH
Delitzscher Straße 141 | 04129 Leipzig
E-Mail: unternehmenskommunikation@sanktgeorg.de

Antje Duscha (verantwortlich)
Martin Hirschmann (Grafik | Layout)
Gecko Networks GmbH
Arthur-Hoffmann-Straße 66, 04275 Leipzig
Telefon: 0341 21204-800
Telefax: 0341 21204-804
E-Mail: redaktion@gecko-networks.de

Druck und Verlag
Gecko Networks GmbH

Bildnachweise

© Gecko Networks GmbH
© Stefan Gräf
© Sebastian Kaulitzki | 123rf.com
© yaro | 123rf.com
© ximagination | 123rf.com
© loganban | 123rf.com
© Sebastian Kaulitzki | 123rf.com
© Rafael Ben-Ari | 123rf.com
© akz | 123rf.com
© Tatiana Gladskikh | 123rf.com
© Ion Chiosea | 123rf.com
© Bernard Bodo | 123rf.com
© Piotr Marcinski | 123rf.com
© Algirdas Urbonavicius | 123rf.com
© alekleks | 123rf.com
© Alexander Raths | 123rf.com
© kantver | 123rf.com
© Aleksandr Smaglov | 123rf.com
© olegdudko | 123rf.com
© gekaskr | 123rf.com
© belchonock | 123rf.com
© Jovanche Vitanovski | 123rf.com
© dolgachov | 123rf.com
© stalnyk | 123rf.com

Klinikum | St.GEORG

Infoabende 2017

Stadtbibliothek Leipzig | Robert-Koch-Klinikum

Die Veranstaltungen sind kostenfrei.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Mammakarzinom

Die häufigste Krebserkrankung der Frau
Stadtbibliothek Leipzig | 18:00 Uhr

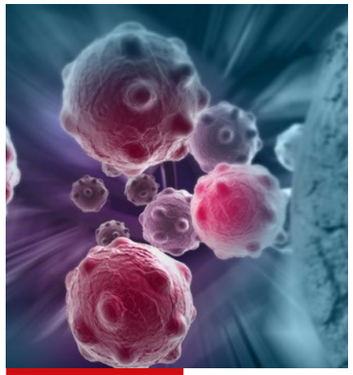
09.10.2017

Referent Prof. Dr. U. Köhler

>>> Die Medizin hat innerhalb der Behandlung von Brustkrebs in den letzten Jahren große Fortschritte gemacht. Das zeigt sich auch am Brustzentrum des Klinikums St. Georg, das seit 2001 alle Fachdisziplinen zur Behandlung unter einem Dach vereint. Professor Dr. med. Uwe Köhler, Chefarzt der Klinik für Gynäkologie und Leiter des Brustzentrums, spricht über die Früherkennung und aktuellen Behandlungsmöglichkeiten des Mammakarzinoms. Nach seinem Vortrag steht er für Fragen zum Thema und darüber hinaus zur Verfügung.

Integrative Onkologie

Krebstherapie zwischen Schulmedizin und Alternativen Ansätzen
Robert-Koch-Klinikum | 16:30



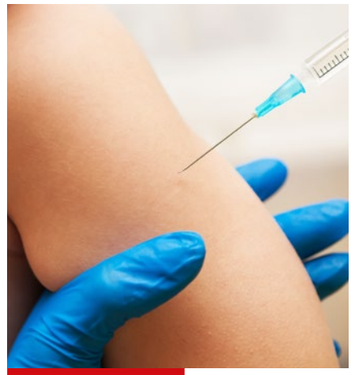
09.11.2017

Referent Dr. med. Falk Moritz

>>> Im Sinne einer ganzheitlichen Medizin setzen immer mehr Kliniken auf eine Kombination aus konventioneller und komplementärer Medizin. Letztere wird auch innerhalb der Behandlung von Krebserkrankungen immer stärker nachgefragt. Doch welche Mittel machen die Krebstherapie wirkungsvoller und verträglicher und wo ist Vorsicht geboten? Dr. med. Falk Moritz, Oberarzt der Klinik für Internistische Onkologie und Hämatologie, nimmt Sie mit auf einen Exkurs in die Welt komplementärer Behandlungsmethoden.

Impfen

Ja oder nein?
Stadtbibliothek Leipzig | 18:00 Uhr



11.12.2017

Prof. Dr. M. Borte | Dr. Th. Grünewald

>>> Kein anderes Thema im Bereich der Allgemeinmedizin wird wohl so kontrovers diskutiert, wie das Thema Impfen. Hochansteckende Infektionskrankheiten wie Masern oder Keuchhusten erleben aufgrund einer zunehmenden Impfmüdigkeit ein trauriges Comeback. Doch was sind die Argumente der Impfgegner und gibt es tatsächlich statistische Beweise für ihre Behauptungen? Wie wichtig ist der Impfschutz für Säuglinge und Kleinkinder? Diese und weitere Fragen beantworten unsere Experten beim „Infoabend St. Georg“.

Weitere Veranstaltungen folgen.
Telefonische Auskunft erteilen wir Ihnen sehr gern unter: 0341 909-3138.

www.sanktgeorg.de

Klinikum | St.GEORG

Elternschule

Umfangreiches Kursangebot für werdende Eltern, Geschwister und Großeltern

- Informationsveranstaltungen
- Väterstunde
- Geschwisterkurse
- Krabbelgruppe 3 Monate bis 1 Jahr
- Großelternkurs
- Hebammensprechstunde

Im Klinikum St. Georg | Delitzscher Str. 141 | 04129 Leipzig oder zentrumsnah im Studio "Glückskind" | Karl-Tauchnitz-Str. 8 | 04107 Leipzig

Weitere Informationen unter Tel. 0341 909-3399 oder auf unserer Homepage

www.sanktgeorg.de