

## Gut zu wissen

### Räucherfisch – Keime trotz Schutzatmosphäre

**V**akuum verpackt! Da geht man doch davon aus, dass Keime in dieser Schutzhülle keine Chance haben. Das Ergebnis einer Stichprobe des Düsseldorf-Amtes für Verbraucherschutz ist aber ernüchternd: Ob Forelle, Lachs oder Makrele – jedes vierte eingeschweißte Räucherfisch-Produkt war verkeimt. Untersucht wurde auf die gängigsten Verunreinigungen wie Salmonellen,

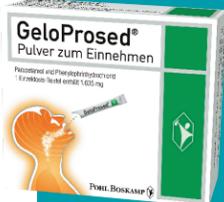


Darmkeime und Listerien. Obwohl das Mindesthaltbarkeitsdatum nicht abgelaufen war, erwiesen sich 13 von 54 Proben als bedenklich. Verbraucherschützer raten: Essen Sie den Fisch besser nicht, wenn Ihnen beim Öffnen der Packung ein schlechter Geruch entgegenströmt.

## Neu in der Apotheke!

**Schnupfen, Schwäche, Gliederschmerzen ...** Selbst eine kleine Erkältung kann uns komplett außer Gefecht setzen. Oft ist ein Auskurieren im Bett nicht möglich. Für diese Fälle gibt es jetzt das Turbo-Mittel **GeloProsed®**. Das Kombi-Präparat mit 1000 mg Paracetamol und 10 mg Phenylephrin pro Dosis lindert Kopf- und Gliederschmerzen, senkt Fieber und löst den Schnupfen. 10 Beutel ca. 8 Euro.

**Schöne glatte Haut.** Wenn der Körper zu schnell wächst und die Haut nicht elastisch genug ist, können schnell unschöne **Dehnungsstreifen** entstehen. Auch ohne Schwangerschaft. Das **Weleda Dehnungsstreifen-Pflegeöl** mit Mandel- und Weizenkeimöl sowie Arnika beugt dem vor und strafft zusätzlich die Haut. Das Öl einfach zweimal täglich mit kreisenden Bewegungen sanft in die Haut massieren. 50 ml ca. 10 Euro.



## Aktuelle Forschung

### Die Fettleber und ihre Folgen

**D**ie Medizin-Wissenschaft hat einen unglaublichen Fortschritt gemacht. Professor Dr. Norbert Stefan vom Uniklinikum Tübingen und sein Forscherteam

haben bewiesen, dass eine Fettleber Diabetes Typ 2 und Herz-Kreislauferkrankungen auslösen kann. Dabei spielen Leberhormone, sogenannte Hepatokine, eine große Rolle. „Die Bestimmung von Hepatokinen im Blut kann künftig nicht nur dazu dienen, eine Fettleber früher zu diagnostizieren, sondern auch das Risiko für Stoffwechselerkrankungen, vor allem bei normal- bis leicht übergewichtigen Menschen, besser vorherzusagen“, so Professor Stefan.



Fotos: 123RF, Fotolia (4), Gelo Prosed, Weleda

## Welttuberkulosestag 24.3.2013

# Schwindsucht – sind wir auch noch bedroht?

**E**s ist immer noch ein ganz aktuelles Thema. Jedes Jahr wird am 24. März an die Gefahren der Tuberkulose erinnert. Es ist der Tag, an dem der deutsche Mediziner Robert Koch im Jahre 1882 zum ersten Mal über den Erreger „Mycobacterium tuberculosis“ schrieb.

Diese Erkrankung verbreitet heute noch Angst und Schrecken, denn sie ist die Infektionskrankheit, die am häufigsten zum Tode führt. **Ungefähr 4000 Menschen weltweit sterben täglich daran.** Und auch in Deutschland ist die sogenannte Schwindsucht nicht hundertprozentig unter Kontrolle.

Die Tuberkulose, kurz TBC, befällt in aller Regel die Lunge und wird wie eine Erkältung meist über eine Tröpfcheninfektion übertragen. Ist ein Tier an Rinder-TBC erkrankt, erfolgt die Ansteckung hauptsächlich über

das Fleisch oder die Rohmilch. Anfangs spüren die Wenigsten irgendwelche Beschwerden. Dann kommt der Husten, der wochenlang anhält. Auch Fieber, Unwohlsein, extreme Müdigkeit, Leistungsabfall, Gewichtsabnahme können darauf hindeuten.

### TBC muss gezielt behandelt werden

Liegt ein Verdacht auf TBC nahe, sollte sofort der Arzt eingeschaltet werden. Mithilfe eines Bluttestes, dem Quantiferon-Test, kann er rasch die Erreger nachweisen. 2011 erkrankten in Deutschland 4299 Menschen an TBC, die mit speziellen Medikamenten gut behandelt werden konnten. **Doch bei vielen Betroffenen sind die Antituberkulotika wirkungslos.** Das heißt, die gängigen Medikamente wie Isoniazid und Rifampicin können die Bakterien

nicht vernichten. Der Grund ist, dass sich Antibiotika-resistente Erreger entwickelt haben. Das Fatale: **Diese neuen hartnäckigen Bakterienstämme sind viel schwieriger mit Medikamenten zu therapieren** und enden oft tödlich. Vor allem in ärmeren Ländern, in denen die Kranke kein Geld für kostspielige Behandlungen haben. Eine gute Nachricht gibt es trotz allem: In Deutschland kommen resistente Erreger ä-

ußerst selten vor. Dank spezieller Schnelltests können sie auch innerhalb von Stunden aufgedeckt werden. Damit entfällt das Risiko einer Fehlbehandlung.

**In Deutschland erkranken vor allem Menschen über 60 Jahre.** Dazu muss man wissen, dass eine TBC-Infektion jahrzehntelang im Körper schlafen kann, bevor sie ausbricht. Mediziner vermuten, dass sich Betroffene in den Kriegs- und Nachkriegszeiten, in denen Schwindsucht Hochkonjunktur hatte, angesteckt haben. Senioren sollten daher Warnsignale, z. B. andauernder Husten, ernst nehmen und zum Arzt gehen.

## Wie gefährlich ist unsere Milch?



Ist eine Kuh infiziert, spricht man von RindertBC. Über die Rohmilch kann sich aber auch der Mensch mit den Erregern anstecken. Wer unbehandelte Milch vom Hof kauft, sollte sie vor dem Verzehr abkochen. Damit sind die Bakterien getötet. Rohmilch-Käse ist meist risikolos.



Die Bakterien siedeln sich hauptsächlich in der Lunge an. Einer der ersten Symptome ist Husten, der sich hartnäckig hält

## Notapotheke – welche hat jetzt offen?



**E**s ist Murphys Gesetz: Wenn etwas nicht passieren soll, passiert es garantiert. Exakt um die Uhrzeit, wenn die Apotheken schließen oder am Wochenende bekommt man heftige Zahnschmerzen, eine schlimme Grippe oder man verbrennt sich am Herd ... Dann ist die Not groß. Welche Apotheke hat an diesem Tag oder in dieser Nacht Dienst? Das erfahren Sie zum Einen in der lokalen Tagespresse. Aktuell geöffnete Notapotheken finden Sie auch im

Internet. Mit ein paar Klicks wissen Sie sekundenschnell die Adresse. Dafür brauchen Sie nur das Datum und die Stadt bzw. die Postleitzahl eingeben. Gute Internet-Suchmaschinen sind [www.aponet.de](http://www.aponet.de), [www.apotheker-notdienst.de](http://www.apotheker-notdienst.de) sowie [www.dasoertliche.de/notapotheken](http://www.dasoertliche.de/notapotheken).

Tipp: Rufen Sie die diensthabende Apotheke vorher an und fragen Sie, ob das benötigte Medikament auch auf Lager ist.