

MEDIZIN-NEWS

SCHLAGANFALL

Ultraschall zur Früherkennung

■ Viele Schlaganfälle ließen sich vermeiden, wenn Ärzte verengte Halsarterien rechtzeitig erkennen würden. Dies ist mit Gefäßultraschall möglich. „Das Verfahren ist ungefährlich und beliebig oft wiederholbar“, so Prof. Arning, Deutsche Gesellschaft für Ultraschall.

VAGINALPILZ BEHANDELN

Kombi-Therapie ist erfolgreich

■ Bei einer vaginalen Pilzinfektion ist eine konsequente Behandlung das A und O. Eine Studie der Eberhard Karls Universität Tübingen ergab, dass die Beschwerden schneller abklingen, wenn die Salbe oder Tablette neben dem Wirkstoff Clotrimazol auch Milchsäure enthält (Apotheke). Weiterer Vorteil: Die Kombi beugt eine Neuinfektion vor.

BEWIESEN

Isoflavone schützen vor Brustkrebs

■ Holländische Forscher kamen zu dem Ergebnis: Je höher die Isoflavonkonzentration im Blut ist, desto niedriger wird die Wahrscheinlichkeit, an Brustkrebs zu erkranken. Isoflavone sind Phytoöstrogene, die in Soja und Rotklee enthalten sind.

HEISSHUNGERATTACKEN

Gedanken stoppen den Appetit

■ Frühere Studien zeigten, dass allein der Gedanke ans Essen den Hunger schüren kann. Britische Forscher der Universität Birmingham stellten aber fest, dass die konkrete Erinnerung an eine ganz bestimmte Mahlzeit den gegenteiligen Effekt hat, so die Apotheken Umschau. Man kann sich also satt denken!

Das Souvenir, das so mancher aus dem Süden mit nach Hause bringt, ist tückisch. Das Hepatitis-Virus nistet sich in der Leber ein und zerstört sie ganz langsam. Nur jeder Zehnte weiß, dass er sich z.B. über ein Nahrungsmittel angesteckt hat. Tragisch, denn das kann zu einer chronischen Leberentzündung führen. Also: Auch wer kaum Alkohol trinkt, sollte regelmäßig und am besten nach dem Urlaub die Leberwerte checken lassen:

HEPATITIS A

► **VORBEUGEN:** Dieser Virus-Typ wird über verunreinigtes Wasser, Nahrungsmittel (z.B. Salat, Muscheln), Handtücher und Toilette übertragen. Daher immer vor dem Essen und nach der Toilette die Hände mit Seife reinigen. Wasser nie aus der Leitung trinken oder zum Zähneputzen verwenden.

► **ANZEICHEN:** Man fühlt sich schlapp und hat kaum Appetit. Viele klagen auch über Kopfschmerzen und Übelkeit. Zwei Wochen nach dem Urlaub sollten Sie auf Ihre Augen und Haut achten. Werden sie gelblich und der Urin verfärbt sich bräunlich und der Stuhl hell, dann sollten Sie zum Arzt.

► **BEHANDLUNG:** Das Virus selbst kann man nicht behandeln. Doch da es eine harmlose Variante ist, kann ihn unser Körper selbst bewältigen. Betroffene brauchen auf jeden Fall viel Bettruhe und eine leichte, fettarme Diät mit Reis, Gemüse und

HYGIENE
Händewaschen schützt vor Hepatitis A, das auch gern auf Toiletten lauert



HEPATITIS:
Gefährliches
Urlaubsmitbringsel

Über 1 Million Deutsche haben eine Leberentzündung und jedes Jahr gibt es 35.000 Neuinfektionen allein durch Auslandsaufenthalte

Geflügel. Alkohol ist mehrere Monate lang Tabu, denn er belastet die gebeutelte Leber und fördert einen Rückfall. Der Arzt sollte den Krankheitsverlauf und Allgemeinzustand kontrollieren und die Leberwerte prüfen.

HEPATITIS B

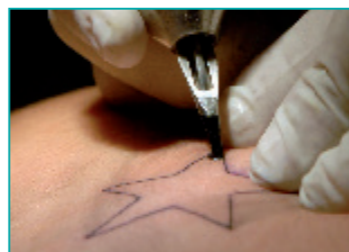
► **VORBEUGEN:** Das B-Virus ist gefährlich und kann zu einer chronischen Leberentzündung, Zirrhose und zu Leberkrebs führen. Allein 350 Millionen Menschen weltweit sind bereits infiziert. Der Erreger wird über Körperflüssigkeiten wie Blut, Tränen, Speichel und Sperma weitergegeben. Vorsicht ist also geboten bei Verletzungen. Bei Sex mit Fremden ist Kondom angesagt.

► **ANZEICHEN:** Zwei Drittel aller Erkrankten spüren nichts. Wer Glück hat, bemerkt die typischen Anzeichen wie Gelbfärbung der Haut, dunkler Urin, Gliederschmerzen, Übelkeit, Erbrechen und Durchfall – meist nach einem Monat bis zu einem halben Jahr nach der Ansteckung. Die Leber vergrößert sich und schmerzt auf Druck.

► **BEHANDLUNG:** Medikamente, die das Virus killen, gibt es nicht. In 90 Prozent der Fälle heilt die Hepatitis innerhalb von sechs Monaten ab. Bei 10 Prozent entzündet sich die Leber immer wieder aufs Neue. Dabei wird das Lebergewebe zerstört – im schlimmsten Fall endet das in einem Leberversagen. Der Arzt kann Interferone verschreiben, die antiviral wirken und das Abwehrsystem beeinflussen. Das unterstützt Körper, die Infektion zu bekämpfen. Eine leichte Diät und absoluter Alkoholverzicht entlasten die Leber.

HEPATITIS C

► **VORBEUGEN:** Sie ist die tückischste Form, die bei 80 Prozent der Infizierten chronisch verläuft und schwere



RISIKO TATTOO Hepatitis C kann über infizierte, nicht sterile Nadeln beim Tätowieren übertragen werden

VORSICHT
Das Hepatitis-A-Virus kann sich in Nahrungsmitteln wie Muscheln verstecken



Leberschäden nach sich zieht. Die einzige Abwehr: kein Kontakt mit Blut. Vorsicht mit Tattoos, Piercings und nicht sterilen Nadeln.
► **ANZEICHEN:** Symptome sind Müdigkeit, Gliederschmerzen und Leistungsabfall. Doch 85 Prozent spüren gar nichts. Fatal, denn eine frühzeitige Diagnose und Behandlung kann das Entgiftungsorgan retten.
► **BEHANDLUNG:** Wird innerhalb von sechs Monaten nach Ansteckung mit virentötendem Interferon behandelt, dann heilt die Hepatitis C in 90 Prozent ab. Da die wenigsten Symptome bemerken, sollten die Leberwerte regelmäßig gecheckt werden. Aber vor allem dann, wenn Sie im Urlaubsland beim Arzt (auch Zahnarzt!) waren.

INTERNET-TIPP
www.kompetenznetz-hepatitis.de
www.hepatitis-c.de

BESTER SCHUTZ: EINE IMPFUNG

- Wer in tropische Gebiete oder Mittelmeerländer reist, sollte sich idealerweise 14 Tage vor Reiseantritt gegen Hepatitis A impfen lassen. Für einen langfristigen Schutz sollte die Impfung bei Erwachsenen und Kindern nach 6 bis 12 Monaten aufgefrischt werden.
- Gegen Hepatitis B wird im Abstand von 4 Wochen vor Reisebeginn zwei mal gespritzt. Für einen Langzeitschutz von 10 Jahren muss eine dritte Impfung nach ca. 6 Monaten gegeben werden.
- Die Krankenkassen übernehmen die Kosten nicht (ca. 60 Euro je Spritze).
- Eine Impfung gegen Hepatitis C gibt es nicht.



Ruft Ihre Haut um Hilfe?



Sommer, Sonne, Allergien: Hydrocortison besänftigt Hautirritationen effektiv und lang anhaltend

Für viele Menschen bedeuert die „schöne Jahreszeit“ leider auch Probleme mit der Haut: Von der Sonnenallergie über allergische Pilzrasse bis hin zu Insektenstichen, die sich entzünden – die Haut spannt, blüht, juckende Bläschen oder Verrundungen schupprig an.

Körpereigener Wirkstoff

Hydrocortison ist ein körpereigenes Hormon, das für Anzeichen wie Juckreiz, Rötungen und Hautschwellungen in der Vergangenheit bei Pilzrasse und allergischem Hautausschlag bewährt. Gegen entzündliche, allergische und juckende Hautirritationen gibt es Fenistil® Hydrocort 0,5% als Spray bei leichten und als Creme bei leichter bis mittlerer Symptommäßigkeit. Damit Sie sich wieder wohlfühlen in Ihrer Haut.



Rezeptfrei in Ihrer Apotheke

Fenistil Hydrocort 0,5% Spray und Fenistil Hydrocort 0,5% Creme sind Arzneimittel, die zur Behandlung von allergischen Hauterkrankungen eingesetzt werden können. Sie sind nicht zur Behandlung von Infektionen geeignet. Fenistil Hydrocort 0,5% Spray und Fenistil Hydrocort 0,5% Creme sind Arzneimittel, die zur Behandlung von allergischen Hauterkrankungen eingesetzt werden können. Sie sind nicht zur Behandlung von Infektionen geeignet. Fenistil Hydrocort 0,5% Spray und Fenistil Hydrocort 0,5% Creme sind Arzneimittel, die zur Behandlung von allergischen Hauterkrankungen eingesetzt werden können. Sie sind nicht zur Behandlung von Infektionen geeignet.