Patienteninformation
1. Ausgabe 2020

KARDIOLOGIE ESSEN

Praxis info

HERZSCHWÄCHE
Telemedizin bietet interessante Möglichkeiten (S. 3)

KRAMPFADERN
Schmerzarme Lösung durch Katheter-Operation (S. 4)

GALLENSTEINE
Forscher gewinnen neue Erkentnisse im Museum (S. 7)

Sich sorgsam kümmern

Gelöste Stein-Rätsel

Liebe Patientin,
lieber Patient,

heute erhalten Sie wieder eine neue Ausgabe unserer Infozeitschrift mit einer abwechslungsreichen Themenauswahl:

Auf Seite drei beschäftigen wir uns mit den positiven Effekten von telemedizinischer Betreuung im Rahmen der Herzschwäche.

Krampfadern an den Beinen sind unschön, und wenn man sie nicht früh genug behandelt, kann eine Operation erforderlich werden. Diese Operationen können heutzutage auch minimalinvasiv durchgeführt werden. Mehr dazu erfahren Sie auf den Seiten vier und fünf.

Auf Seite sieben erfahren Sie, wie Forscher das Rätsel um die Entstehung von Gallensteinen gelöst haben.

Wir laden Sie ein, sich etwas Zeit zu nehmen für die vorliegende Zeitschrift und wünschen Ihnen dabei viel Spaß.

Bleiben Sie gesund und fit. Sollten Sie uns einmal brauchen, sind wir jederzeit für Sie da.

Herzlichst
Ihr
Praxis-Team

PRAXIS-INFOKASTEN

Diabetes lässt sich mit **Diät** nachhaltig bekämpfen

Eine Forschergruppe der Universität Newcastle konnte in einer Studie zeigen, dass übergewichtige Typ-2-Diabetiker durch ein intensives Abnehmprogramm mit Formula-Diäten (825 bis 850 kcal/Tag) über drei bis fünf Monate und einer schrittweisen Gewöhnung an gesunde Normalkost die Zuckererkrankung wieder loswerden konnten. Zum Vergleich wurde eine Kontrollgruppe normal versorgt.

Nach zwölf Monaten hatten etwa 24 Prozent in der Behandlungsgruppe bis zu 15 Kilo an Gewicht abgenommen und im Mittel 10 Kilo. In der Kontrollgruppe erreichte niemand eine Gewichtsreduktion von 15 Kilo, und im Mittel verloren sie nur etwa ein Kilo. Je mehr die Patienten abnahmen (7 bis 15 kg), desto größer war Ihre

Chance für normale Langzeitzuckerwerte (7 bis 86 Prozent) ohne die Einnahme von Medikamenten. In der Behandlungsgruppe erzielten dieses Ergebnis etwa 46 Prozent, in der Kontrollgruppe hingegen nur vier Prozent.

Mittels Telemedizin

der Herzschwäche auf der Spur

Krankenhausaufenthalte und sogar die Sterblichkeitsrate lassen sich so reduzieren

Bei Patienten mit einer bekannten Herzschwäche kann es immer wieder zu einer Verschlechterung der Pumpleistung kommen. Dies führt zu wiederholten Krankenhausaufnahmen bis hin zu einer erhöhten Sterblichkeit. Die Symptome einer sich verschlechternden Herzschwäche sind für die Patienten oft zu spät wahrnehmbar beziehungsweise sie reagieren zu spät darauf, da diese oft nur schleichend voranschreitet.

Die Auswertung eines telemedizinischen Versorgungsprogramms (aktuell nur im Raum Berlin verfügbar) zeigte nun, dass die Sterblichkeit bei daran teilnehmenden Patienten um fast ein Drittel niedriger lag als bei Patienten ohne zusätzliche telemedizinische Betreuung.

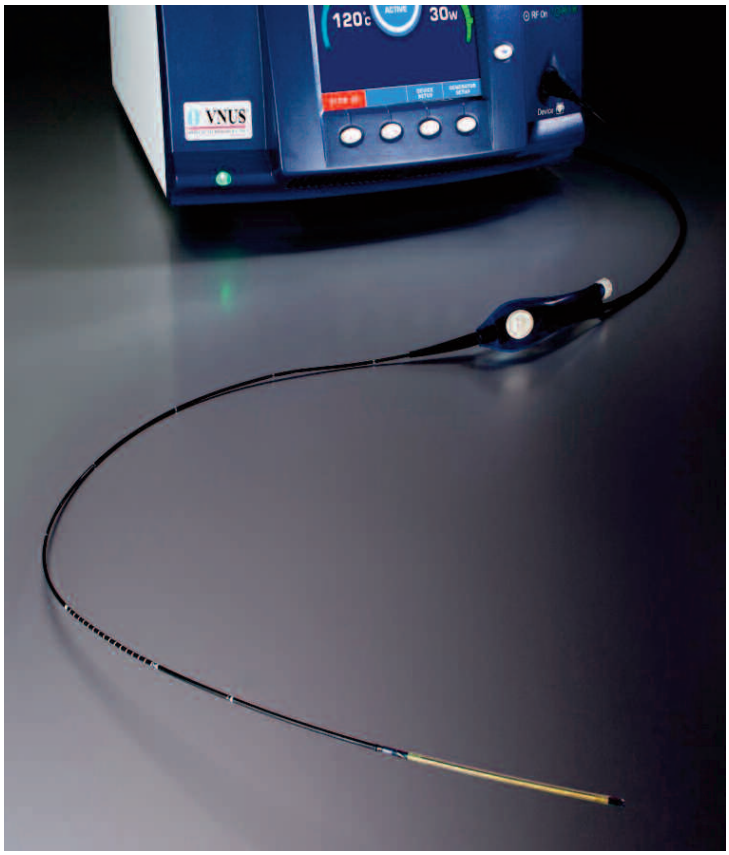
Symptome erfasst

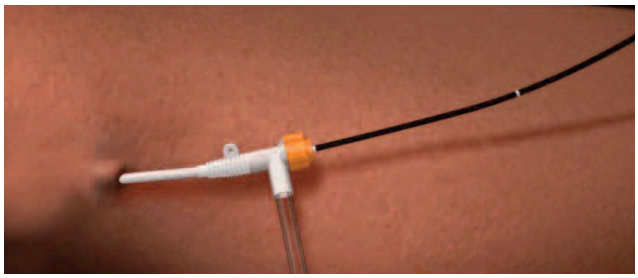
Ausgewertet wurden von den Forschern Daten von über 9500 Patienten in einem Zeitraum von einem Jahr. Die telemedizinisch betreuten Patienten erfassten dabei zusätzlich zur Routineversorgung täglich Symptome der Herzinsuffizienz (zum Beispiel zunehmende Müdigkeit, Abgeschlagenheit, Wassereinlagerungen) und Körpergewicht. Diese Daten wurden telemetrisch an ein Betreuungszentrum übermittelt und analysiert.

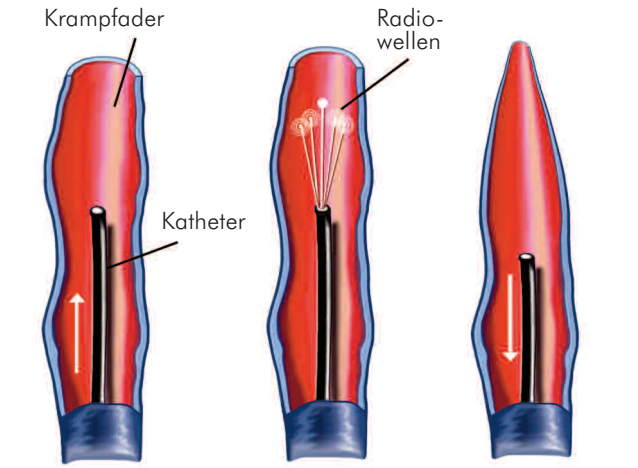
Eine Verschlechterung konnte somit sieben bis zehn Tage vor einem drohenden Krankenhausaufenthalt erkannt werden. Bei Anzeichen davon wurden Arzt und Patienten informiert, so dass Gegenmaßnahmen eingeleitet werden konnten.

Behandlung von Krampfadern durchs Schlüsselloch

Minimalinvasive Methode verschließt überdehnte Venen schmerzarm per Katheter







Katheter wird in die Vene eingeführt | Vene wird erhitzt und kollabiert | Katheter wird langsam zurückgezogen

Die Krampfaderbildung ist eine stark verbreitete Erkrankung, so liegt die Zahl der Behandlungsbedürftigen in Deutschland zwischen 20 und 30 Prozent.

Zu Beginn beeinträchtigt diese Erkrankung nur kosmetisch. Ohne adäquate Behandlung kann es im Verlauf von Jahren jedoch zu Thrombosen, Hautverfärbungen oder sogar offenen Beinen kommen. Diese Folgeerkrankungen sind schwierig zu therapieren und gehen mit einer deutlichen Minderung der Lebensqualität einher. Deswegen ist eine frühzeitige Diagnostik und entsprechende Therapie sinnvoll.

In der Diagnostik steht insbesondere die Ultraschalluntersuchung der Beinvenen im Vordergrund. Hierbei handelt es sich um ein schmerz- und strahlenloses Verfahren, welches auch zur regelmäßigen Kontrolle angewendet werden kann.

Anfangs werden Strümpfe eingesetzt

Im Anfangsstadium der Krampfaderbildung und ohne Durchblutungsstörung der Beine erfolgt eine konservative Behandlung mittels medizinischer Kompressionsstrümpfe der Kompressionsklasse II, welche tagsüber getragen werden sollten.

Verschlechtern sich die Befunde allerdings, dann muss über ein operatives Verfahren nachgedacht werden. Früher geschah dies im Rahmen einer klassischen Operation. Die betroffenen Krampfadern werden hierbei über Schnitte freigelegt und mittels einer Sonde aus dem Gewebe herausgezogen. Dieses Verfahren bezeichnet man

gemeinhin als Venen-Stripping.

Mit der Radiowellentherapie (Closure-Fast-Verfahren) steht nun eine deutlich schonendere Alternative zur minimal-invasiven Entfernung der Krampfadern zur Verfügung. Eine Vollnarkose oder Leisten- bzw. Kniekehlenschnitte wie beim klassisch operativen Verfahren sind dabei nicht mehr erforderlich. Zudem sinken die allgemeinen operativen Komplikationen und man ist schneller wieder auf den Beinen.

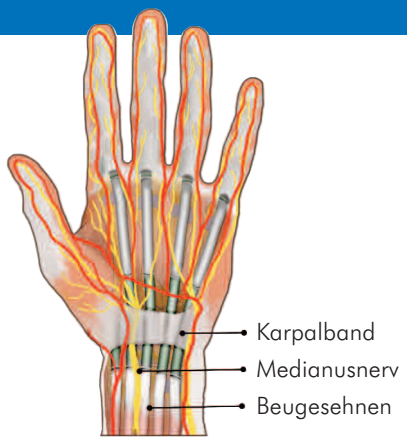
Der ambulante Eingriff kann unter örtlicher Betäubung erfolgen. Unter Ultraschallkontrolle wird ein dünner Katheter über eine Punktion (Hauteröffnung) bzw. einen kleinen Schnitt am Unterschenkel im Inneren der kranken Vene platziert. Dann wird eine Lösung mit Kochsalz und örtlichem Betäubungsmittel um die zu behandelnde Vene herum eingespritzt. Dadurch wird die Vene zusammengedrückt, was eine bessere Energieübertragung ermöglicht.

Schrumpfung der Venenwand

Die gezielte Erhitzung über die Sondenspitze des Katheters führt zur Schrumpfung der Venenwand in bestimmten Venenabschnitten. Nach dem dauerhaften Verschluss der kranken Vene wird das Blut von selbst über andere gesunde Venen abtransportiert.

Nach der Behandlung wird die Punktionsstelle mit einem einfachen Pflaster abgedeckt. Da bei dieser Methode kaum schmerzende Blutergüsse entstehen, ist in der Regel auch das wochenlange Tragen von Kompressionsstrümpfen nicht nötig.

Wenn die Hand tagsüber schläft



Dauerhafte Überlastung des Mittelarmnervs führt häufig zum Karpaltunnelsyndrom

Bei Schmerzen an der Handinnenseite sowie im Bereich von Daumen, Zeige- und Mittelfinger, mit zusätzlichen Gefühlsstörungen bis hin zu Lähmungserscheinungen, kann es sich um das so genannte Karpaltunnelsyndrom handeln. Hierbei schläft die Hand auch tagsüber oft ein, während es in der Nacht eher zu einem „pelzigen" Gefühl kommt.

Ursache für das Karpaltunnelsyndrom ist eine andauernde Druckbelastung des Mittelarmnervs (Nervus medianus). Der Nerv verläuft an der Innenseite des Handgelenks durch eine anatomische Engstelle, den Karpaltunnel, welche aus einem gelenkverstärkenden Band und den Handwurzelknochen gebildet wird. Wächst zum Beispiel das Bindegewebe in diesem Bereich übermäßig oder verdickt sich das gelenkverstärkende Band, kann es zu einer zunehmenden Druckbelastung des Nerven kommen.

SYMPTOME

- Schmerzen in den Fingern
- Taubheit oder Kribbeln in den Fingern
- in den Arm ausstrahlende Schmerzen
- Kraftverlust in der betroffenen Hand
- Gefühllosigkeit und Missempfindungen
- Muskelatrophien (Muskelrückbildungen)

Frühzeitige Therapie

Am häufigsten tritt die Erkrankung im Alter von 40 bis 70 Jahren auf und betrifft etwa acht bis zehn Prozent der Bevölkerung, wobei Frauen in etwa doppelt so häufig betroffen sind wie Männer.

Je länger das Karpaltunnelsyndrom unbehandelt bleibt, desto mehr wächst die Gefahr einer dauerhaften Nervenschädigung, so dass man frühzeitig mit einer Therapie beginnen sollte. In der Frühphase und bei leichter Ausprägung ist oft eine konservative Therapie mittels einer Handgelenksschiene oder einer örtlichen Cortisonspritze möglich.

Eine aktuelle Studie aus Großbritannien hat sich nun damit beschäftigt, welches dieser Verfahren möglicherweise Vorteile bietet. Den Patienten wurde hierzu entweder eine Handgelenksschiene zur Ruhigstellung über Nacht oder eine einmalige Cortisonspritze verabreicht. Nach sechs Wochen hatten sich die Patienten mit der Spritzentherapie weitaus besser erholt. Sie gaben insgesamt weniger Schmerzen und eine bessere Funktionalität der Hand an.

Minimalinvasive OP

Sollten konservative Maßnahmen über einen längeren Zeitraum keine Besserung der Beschwerden bewirken, muss über eine Operation des Karpaltunnelsyndroms nachgedacht werden. Bei der Operation versucht man die einengenden Gewebestrukturen zu entfernen, oder das gelenkverstärkende Band zu durchtrennen. Die Eingriffe können minimalinvasiv (endoskopisch) durchgeführt werden. ■

Sammlung von Gallensteinen liefert neue Erkenntnisse

Forscher ermitteln im Museum und finden Erklärung zur Entstehung von Steinleiden

Gallensteine gehören zu den zehn häufigsten Gründen für einen Krankenhausaufenthalt. Die Entstehung der Gallensteine war bisher allerdings unbekannt. Dass Kristalle an der Bildung der Steine beteiligt sind, war bekannt, wie aus den mikroskopisch kleinen Kristallen ein Stein wird, hingegen nicht.

Rätsel gelöst

Ein Forscherteam des Universitätsklinikums der Friedrich-Alexander-Universität Erlangen-Nürnberg konnte dieses Rätsel auf unkonventionellem Wege nun auflösen. Im Rahmen ihrer Forschung analysierten sie menschliche Gallensteine aus einer Museumssammlung, Gallenflüssigkeit von Schweinen vom Schlachthof, sowie Steine und Gallenflüssigkeit von Patienten, denen diese operativ entfernt wurden.

Die eingehende Untersuchung mit modernsten Methoden zeigte eine überraschende Entdeckung: Alle Gallensteine waren übersät von Spuren sogenannter neutrophiler Granulozyten. Hierbei handelt es sich um spezialisierte Zellen der Immunabwehr beim Menschen, welche zur Identifizierung und Zerstörung von Mikroorganismen dienen. Beim Versuch, die Kristalle aufzunehmen, sterben diese Zellen und winden sich wie ein Netz um die Kristalle. Die Kristalle verklumpen und so entstehen zum Teil Gallensteine erstaunlichen Ausmaßes.

Mit dem Wissen könnte es künftig möglich sein, die Gallensteinbildung medikamentös zu hemmen. Selbiger Mechanismus scheint auch bei anderen Steinleiden wie Nieren- oder Speicheldrüsenscheinen eine relevante Rolle zu spielen. ■

Konsum von Drogen ist in der Bevölkerung noch immer weit verbreitet

Suchtstudie errechnet Gebrauch von Alkohol, Tabak und weiteren Mitteln im Alltag

Eine gesunde Lebensführung mit Sport und bewusster Ernährung hat sich auch in Deutschland längst durchgesetzt. Dennoch sind Alkohol und Tabak, aber auch Drogen wie Cannabis und Amphetamine, in der Bevölkerung immer noch weit verbreitet.

Auffällig: Konsum von Schmerzmitteln

Das Institut für Therapieforschung in München führt eine Umfrage an den Bürgern durch und untersucht, was die Deutschen in den letzten 30 Tagen vor der Befragung an möglichen suchtauslösenden Stoffen zu sich genommen haben.

In seinem Epidemiologischen Suchtsurvey 2018 (ESA) kommt das Institut zu folgenden Erkenntnissen:

Hochgerechnet ergab sich unter den 18- bis 64-Jährigen, dass gut 37 Millionen Personen Alkohol getrunken und zwölf Millionen Personen (davon etwa acht Millionen täglich) Zigaretten rauchen. Cannabis konsumierten knapp vier Millionen und immerhin etwa 620 000 Bürger „schnelle Drogen“ wie Ecstasy und Kokain.

Auffällig war insbesondere der Gebrauch von Schmerzmitteln. Etwa 26 Millionen nahmen Schmerzmittel, mehrheitlich ohne ärztliche Verordnung.

Ausweislich der Ergebnisse sind über alle Substanzklassen gesehen sieben Millionen Menschen als abhängig eingestuft worden. Davon entfallen etwa 1,6 Millionen auf den Alkohol und überraschenderweise etwas mehr auf Schmerzmittel. Die nach wie vor höchste Abhängigkeit wird mit 3,5 Millionen weiterhin dem Tabakkonsum attestiert.

So finden Sie uns – in Essen-Rüttenscheid:

KARDIOLOGIE ESSEN

Dr. med. C. Fach
Dr. med. M. Fach
Dr. med. M. Gerhardt
Dr. med. N. Wolf
Fachärzte für Innere Medizin
- Kardiologie -

Kardiologie Essen
Rüttenscheider Straße 199, 45131 Essen
Tel. +49 (0) 201 - 28 70 91
info@kardiologen-essen.de
www.kardiologen-essen.de

Öffnungszeiten:
Mo - Do 7.30 - 12.30 Uhr, 13.30 - 16.30 Uhr
Fr 7.30 - 11.30 Uhr, 12.30 - 15.30 Uhr

Impressum

DEGEDI Pro Physio GmbH
Universitätsstraße 142
44799 Bochum

Kontakt:
Tel. +49 (0) 234-388 78 900
Fax +49 (0) 234-388 78 901
info@degedi.de
www.degedi.de

Redaktion:
Dr. med. Stefan Sokolowski, MBA (verantw.), Mike Lautenschläger M.A.

Fotos:
Adobe Stock

Layout/Satz:
relamedia Medienagentur, Herne
laut@relamedia.de