

MEINE GESUNDHEIT

Volkskrankheiten im Fokus

VOLKSKRANKHEITEN

Woran leidet Deutschland?

Seite 4

NIERENERKRANKUNGEN

Die stillen Organe

Seite 9

HERZMEDIZIN

Deutsche Forschung im Aufwind

Seite 14

Retten Sie Kinder!

Laxmi geht jetzt zur Schule

Helfen Sie Kindern
mit nur **20 Euro**
im Monat!

Als Kleinkind fiel Laxmi ins Feuer. Deshalb hatte sie ein verkürztes Bein. Doch CBM-Gemeindehelferin Sumitra Dithal fand Laxmi und überwies sie an eine Klinik. Dort wurde das Mädchen operiert und das deformierte Bein amputiert.

Laxmi erhielt eine Prothese. Heute kann sie laufen und geht glücklich zur Schule!

Bitte schenken Sie Kindern ein besseres Leben – als CBM-Kinderpate! Lernen Sie jetzt das CBM-Patenkind kennen.



Vorher

Laxmi aus Nepal hatte ein verkürztes Bein. Deshalb konnte sie nur kriechen.



Nachher

Jeder Beitrag hilft!

Kinder mit Behinderungen werden oft versteckt. Wir finden sie und helfen ihnen: Das Gehalt eines Gemeindehelfers liegt bei **40 Euro**/Monat.

Für **90 Euro** erhält ein Kind drei Monate lang Physiotherapie.

Mit einer Prothese für **120 Euro** kann ein behindertes Kind normal laufen.



In Entwicklungsländern sterben bis zu 80 Prozent aller Kinder mit Behinderungen vor ihrem fünften Lebensjahr. Weltweit schweben Millionen Kinder in dieser Gefahr! Dabei müssten die meisten von ihnen gar nicht behindert sein – denn ihnen fehlt nur der Zugang zu medizinischer Versorgung.

Die CBM hilft diesen Kindern – bitte helfen Sie mit!

Bitte schenken Sie Kindern zu Weihnachten ihr Lächeln zurück!

Spendenkonto:
IBAN: DE46 3702 0500 0000 0020 20

Jetzt Pate werden!

Ja, ich werde Kinderpate.

Ich freue mich auf mein Paten-Begrüßungspaket. Bitte buchen Sie meinen Patenschaftsbeitrag von 20 Euro monatlich von meinem Konto ab. Das dafür nötige Lastschriftformular liegt dem Begrüßungspaket bei.

Datum, Unterschrift(en): _____
Ihre Patenschaft können Sie jederzeit ohne Angabe von Gründen beenden.

Meine Anschrift:

Vorname: _____
Name: _____
Straße, Nr.: _____
PLZ, Ort: _____

Coupon zurückschicken, mailen oder faxen an:

CBM Deutschland e.V.

Patenbetreuung · Stubenwald-Allee 5
64625 Bensheim · Telefon: (0 62 51) 131-456
Fax: (0 62 51) 131-139 · E-Mail: patenschaft@cbm.de
www.cbm.de/patenschaft

Spendenkonto

IBAN: DE46 3702 0500 0000 0020 20
BIC: BFSWDE33XXX



Ihre Daten werden durch die CBM erhoben und gemäß dem evangelischen Datenschutzgesetz elektronisch verarbeitet und genutzt, um Ihnen über Ihre Spenden eine Zuwendungsbestätigung zu erstellen. Zudem verwenden wir Ihre Kontaktdaten, um Sie weiter über die Arbeit der CBM zu informieren. Ihre Daten werden nicht an Dritte zu Werbezwecken weitergegeben. Sie können dieser Nutzung Ihrer Daten für weitere Informationszwecke jederzeit widersprechen.

inpact media GmbH
Dircksenstraße 40
D-10178 Berlin

T +49 (0) 30 802086 -530
F +49 (0) 30 802086 -539
E redaktion@inpactmedia.com
www.inpactmedia.com



HERAUSGEBERIN
Sara Karayusuf-Isfahani (V.i.S.d.P.)

REDAKTEUR
Klaus Lüber

PROJEKTLEITUNG
Ismail Cirak

ART DIRECTION
Denis Held

LAYOUT
Joern Toellner

AUTOREN
J.W. Heidtmann, Moritz Kohl,
Klaus Lüber, Juliane Moghimi,
Katharina Münster, Dr. Ulrike Schupp

LEKTORAT
Agnieszka Berghegger

ILLUSTRATIONEN
Laure Manière
www.lauremaniere.com

CHEFREDAKTION
Mirko Heinemann
Klaus Lüber (stellv.)

GESCHÄFTSFÜHRUNG
Edi Karayusuf
Sara Karayusuf-Isfahani

HINWEIS:
Alle nicht mit dem Zusatz
»Redaktion« gekennzeichneten
Beiträge sind Auftrags-
publikationen und somit
Anzeigen.



Liebe Leserin, lieber Leser,

es ist ein wenig paradox. Auf der einen Seite schreitet der medizinische Fortschritt voran, hilft uns, Krankheiten besser zu verstehen, zu behandeln oder sie gar nicht erst entstehen zu lassen. Auf der anderen Seite scheint gerade jene moderne Gesellschaft, die ja die Voraussetzung bietet für jede Erfolgsmeldung in der Bekämpfung von Leiden, neue Leiden hervorzubringen. Sie scheinen eng verflochten zu sein mit unserem modernen Leben. Und weil sie so eng verbunden sind mit unserer modernen Existenz, treten sie auch besonders häufig auf. Man könnte fast sagen, sie sind ein Effekt unseres Lebensstils. Wir nennen sie Volkskrankheiten.

Unser Themenheft widmet sich diesem Phänomen. Von welchen Krankheiten sprechen wir überhaupt und welche aktuellen Erkenntnisse gibt es zu den Ursachen? Mit ihrem Übersichtstext „Woran leidet Deutschland“ führt die Medizin-Fachautorin Katharina Münster in das Thema ein und hat sich dabei drei Schwerpunkte gesetzt: Rückenschmerz, Bluthochdruck und Allergien. Ihre zentrale Erkenntnis: Es lohnt sich immer mehr, selbst in die eigene Gesundheit zu investieren und aktiv Krankheitsrisiken zu minimieren.

Was nicht heißt, dass es im Bereich spezifischer Behandlungsmöglichkeiten nicht große Fortschritte zu vermelden gibt. Zum Beispiel im Bereich Herzmedizin. Wir haben die Autorin Ulrike Schupp gebeten, sich dem Thema anzunehmen und zu recherchieren, wie es um die kardiovaskuläre Forschung in Deutschland bestellt ist. Überaus gut, befindet Schupp. Publikationen aus Deutschland rangierten in den letzten zehn Jahren vermehrt im internationalen Spitzenfeld. Auch die Investitionen in Forschung und Entwicklung hätten sich signifikant verbessert.

Die moderne Herzchirurgie, so ein weiteres interessantes Detail des Textes, profitiert stark von minimal-invasiven OP-Verfahren. Autor Moritz Kohl greift dies in seinem Artikel über diese spezielle Technologie auf und informiert über den letzten Stand der Technik. Wussten Sie, dass bei einer Endoskopie inzwischen ein ganzer Gerätepark aus 3D-Kameras, modernen Röntgengeräten, Computer- und Magnetresonanztomografen und sogar Industrierobotern am Werk sein können?



KLAUS LÜBER
Stellv. Chefredakteur

INHALT

- Seite 4 Volkskrankheiten
- Seite 9 Nierenerkrankungen
- Seite 10 Forum der Akteure
- Seite 12 Medizintechnologie
- Seite 14 Herzmedizin
- Seite 16 Alzheimer
- Seite 18 Minimal-invasive Verfahren

inpact | das neue

Online-
Magazin

www.inpactmedia.com



**NATURSCHUTZ
LOHNT SICH
auch bei
Husten***



Verlängert
bis
30.04.2018



Aspecton® Hustentropfen bei Husten und Erkältung:

- löst
- entkrampft
- lindert

Jetzt  Rabatt sichern!*

Aspecton®

Die Kraftpakete aus der Naturapotheke

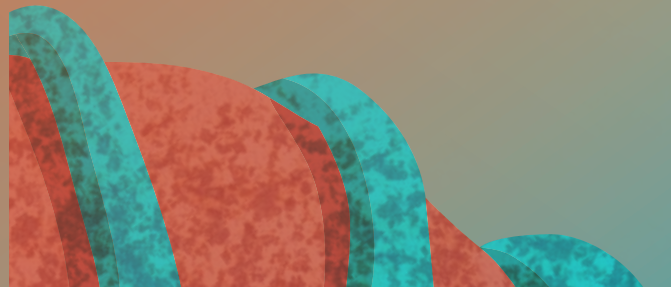
www.aspecton-rabatt.de

***Teilnahme online:** Aspecton® Hustentropfen in der Apotheke oder online kaufen, Bon hochladen. Personen- und Bankdaten (nur deutsche Konten) vom 01.10.17 bis 30.04.18 eingeben und Rabatt wird auf's Konto überwiesen. Nur 1x pro Person. Weitere Informationen unter www.aspecton-rabatt.de

Aspecton® Hustentropfen. Apothekenpflichtig. **Wirkstoff:** Thymiankraut-Dickextrakt. **Anw.:** Zur Besserung der Beschwerden bei Erkältungskrankheiten der Atemwege mit zähflüssigem Schleim, zur Besserung der Beschwerden bei akuter Bronchitis. **Hinw.:** Enthält Eukalyptusöl und Levomenthol. Bei Beschwerden länger als 1 Woche, bei Atemnot, Fieber, eitrigem oder blutigem Auswurf ärztliche Hilfe aufsuchen. Keine Empfehlung für Kinder < 2 Jahre. **Stand: 06/14-2. Krewel Meuselbach GmbH, 53783 Eitorf**

„Zu Risiken und Nebenwirkungen lesen Sie die Packungsbeilage und fragen Sie Ihren Arzt oder Apotheker“

KrewelMeuselbach™



WORAN LEIDET DEUTSCH- LAND?

Es gibt viele Definitionen von „Volkskrankheit“. Was sie gemein haben: Es geht um Erkrankungen, unter denen große Teile einer Bevölkerung leiden, die das Gesundheitswesen viel Geld kosten und die immer wieder zum Thema von Debatten werden. Die Beispiele dreier Volkskrankheiten – Rückenschmerzen, Bluthochdruck und Allergien – zeigen, wie sie unsere Gesellschaft beeinflussen und welche Diskussionen um sie geführt werden. ►

Katharina Münster / Redaktion

Ein Volksleiden drückt sich durch den fast schon allgegenwärtig gewordenen Ausruf „Ich hab Rücken!“ aus. „Im Laufe ihres Lebens haben etwa 70 bis 85 Prozent der Menschen in Deutschland mindestens einmal Rückenschmerzen“, sagt Prof. Dr. Bernd Kladny, Chefarzt Orthopädie und Unfallchirurgie an der m&i-Fachklinik Herzogenaurach sowie Generalsekretär der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Unfallchirurgie e.V. (DGOU). „Das liegt zum einen daran, dass Sitzen das neue Rauchen ist. Daher leiden auch die meisten Patienten unter nicht-spezifischen Rückenschmerzen, bei denen Ärzte keine krankhaften Strukturen an der Wirbelsäule finden, die den Schmerz ursächlich erklären“, so Prof. Kladny. Bei spezifischen Schmerzen wiederum liegt eine krankhafte Veränderung der Wirbelsäule vor, wie ein Bandscheibenvorfall, ein Wirbelkörperbruch oder eine Entzündung. „In beiden Fällen ist es wichtig, die Schmerzen zu lindern und die Patienten dazu zu bringen, sich zu bewegen.“ Wann immer es geht, kommen zunächst konservative Verfahren zum Einsatz, also etwa Physiotherapie – wobei Ärzte nur eine bestimmte Zahl von Physiotherapie-Rezepten ausstellen dürfen – weniger, als vielen lieb ist.

Wenn die Schmerzen dann nicht gehen wollen, stellt sich häufig die Frage nach einer Operation. Und diese Frage wird in Deutschland heiß diskutiert: Operieren Ärzte zu häufig? Machen sie das vielleicht sogar, weil sie für einen Eingriff mehr Geld bekommen als für das Verschreiben von Krankengymnastik und Schmerzmitteln? Orthopäde Kladny warnt davor, wegen dieser Debatten jede Operation zu verteufeln. „Manche Patienten haben regelrecht Angst vor einem Eingriff, weil sie befürchten, er könnte sinnlos sein“, berichtet er. Die Fachgesellschaft DGOU würde deswegen gerade versuchen, einige Fakten in die Diskussion einzubringen – und wissenschaftlich untersuchen, unter welchen Bedingungen genau Patienten heute am Rücken operiert werden und ob es Unterschiede von Region zu Region gibt.

BLUTHOCHDRUCK: HÄUFIG, ABER GUT BEHANDELBAR

Die nächste Volkskrankheit ist ganz anders als der Rückenschmerz. Sie führt selten zu lautem Klagen, ja meistens noch nicht einmal wirklich zu Beschwerden. Denn eine Hypertonie, also ein hoher Blutdruck, bleibt oft jahrelang unbemerkt – und ist trotzdem der Risikofaktor Nummer eins für Herz-Kreislauf-Erkrankungen.

„In Sachen Blutdruck gibt es gerade zwei gegenläufige Entwicklungen“, sagt Prof. Ulrich Wenzel, Facharzt für Innere Medizin und Nephrologie am Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf. „Auf der einen Seite werden wir alle älter, weshalb es mehr Patienten mit Bluthochdruck gibt. Andererseits sind Sport und gesunde Ernährung aktuell sehr angesagt.“ Diese beiden Maßnahmen, zusammen mit Gewichtsreduktion, sind mit Abstand das beste Mittel gegen zu hohen Blutdruck.

Unabhängig von allen Trends ist die Erkrankung extrem weit verbreitet. Insgesamt haben in Deutschland laut der Deutschen Hochdruckliga etwa 20 bis 30 Millionen Menschen Bluthochdruck. In den USA gibt es konkrete Zahlen. Seit dort kürzlich die Grenzwerte von 140 auf 130 mmHg korrigiert wurden, ab denen Blutdruck als zu hoch gilt, leiden dort offiziell 46 Prozent der Bevölkerung unter Hypertonie. „Zwischen 130 und 140 mmHg Blutdruck erhalten in den USA aber nur Patienten Medikamente, die zusätzliche Erkrankungen oder ein hohes Risiko für Herz-Kreislauf-Erkrankungen in sich tragen. Ab 140 mmHg erhalten alle Patienten Medikamente.“, sagt Prof. Wenzel. „Das ist brutal konsequent, beinhaltet aber auch sehr gute Denkansätze.“

In Deutschland und weltweit wird inzwischen an neuen Therapiemethoden geforscht. „So war die Bundesrepublik 2014 Spitzenreiter bei der interventionellen renalen Denervierung. Dabei veröden Ärzte die Nierennerven, wodurch wiederum der Blutdruck sinkt“, so der Mediziner. „Die Ergebnisse waren damals sensationell. Experten aus den USA zweifelten die Methode jedoch an. In einer Studie stellten sie dar, dass auch bei den Teilnehmern der Blutdruck sank, denen man nur erzählt hatte, ihnen wurden die Nierennerven verödet.“ Die Forscher müssen also weiter arbeiten, um den Stellenwert interventioneller Hochdrucktherapien herauszufinden. Sie sehen darin aber möglicherweise ein großes Potential.

ALLERGIEN: BEHANDLUNGEN SENKEN ASTHMA-RISIKO

Das letzte Beispiel ist der Inbegriff einer „Zivilisationskrankheit“. Je fortschrittlicher eine Gesellschaft ist, desto häufiger tritt sie auf. Mitte des 20. Jahrhunderts waren Allergien noch ein Randphänomen. Heute sind laut Deutschem Allergie und Asthmabund rund 30 Millionen Bundesbürger mindestens einmal in ihrem Leben von einer allergischen Erkrankung betroffen.

„Die häufigste ist der allergische Schnupfen, im Volksmund auch ‚Heuschnupfen‘ genannt“, sagt Prof. Jörg Kleine-Tebbe, Allergologe und Hautarzt und Vorstand der Deutschen Gesellschaft für Allergologie und klinische Immunologie (DGAKI). „Dieser entwickelt sich nicht selten mit den Jahren zu einem allergischen Asthma. Um das zu vermeiden, ist es wichtig, dass Allergiepazienten gut betreut werden.“ Als Standardtherapie bei leichtem allergischen Schnupfen gelten sogenannte Antihistaminika, die Patienten meist in Form von Tabletten erhalten. Sie sorgen dafür, dass bestimmte Botenstoffe im Körper, die eine allergische Reaktion auslösen, blockiert werden.



„Seit einigen Jahren verabschiedet sich die Politik zunehmend aus der Versorgung der Allergiker mit Medikamenten“, sagt Prof. Kleine-Tebbe. „Die wirksamen Antihistaminika sind nicht mehr rezeptpflichtig, die Krankenkassen erstatten sie nicht mehr. Die Patienten bleiben auf den Kosten sitzen – ein Skandal!“ Seit Neuestem gilt das auch für kortisonhaltige Nasensprays, die dem Berliner Allergologen zufolge zu selten von den Apothekern angeboten werden. „Das liegt wahrscheinlich daran, dass viele die Nebenwirkungen von Kortison fürchten, die es bei niedriger Dosierung und lokaler Anwendung an der Schleimhaut gar nicht gibt“, erklärt Prof. Kleine-Tebbe. „In den letzten Jahren wurden zudem große Datenmengen aus dem Gesundheitssystem ausgewertet, die zeigen, dass Allergiepationen, die eine Immuntherapie, also eine Hyposensibilisierung, erhalten haben, seltener an allergischem Asthma erkranken als unbehandelte Personen“, so der Experte. „Dieser neue Ansatz, Daten aus dem realen Leben zu bewerten, ist spannend und zukunftssträftig.“

Doch obwohl die Hyposensibilisierung gute Ergebnisse liefert, wird sie in Deutschland noch relativ selten eingesetzt. „Wir haben hier die komfortable Situation, dass sowohl Haut- und Kinderärzte als auch Lungenfachärzte und Hals-Nasen-Ohrenärzte die

Therapie anwenden dürfen. Leider gibt es in strukturschwachen Gebieten Versorgungslücken, weil dort zu wenige Fachärzte mit Allergieerfahrung praktizieren“, sagt der Allergologe. Für schwere Formen des Asthmas stehen zudem sogenannte Biologika zur Verfügung. Das sind künstlich hergestellte Substanzen, die gezielt Allergie-Antikörper und Botenstoffe im Körper beseitigen. „Diese Mittel werden regelmäßig gespritzt und helfen auch den Patienten, bei denen alle anderen Medikamente nicht ausreichend anschlagen“, erklärt Prof. Kleine-Tebbe. „Die Präparate sind jedoch recht teuer und daher nur für Patienten gedacht, die unter einem sehr schwerem Asthma leiden.“

Wirbelsäule, Blutkreislauf, Immunsystem – Volkskrankheiten tauchen an den unterschiedlichsten Stellen im Körper und in der Gesellschaft auf und werden auch in Zukunft, vor allem aufgrund des demografischen Wandels, weiter an Bedeutung gewinnen. Die Beispiele zeigen außerdem: Wenn Ärzte etwa nur eingeschränkt Krankengymnastik verschreiben dürfen und wir wichtige Medikamente wie jene gegen Allergie selbst zahlen, muss jeder von uns in seine Gesundheit investieren – sei es, indem wir Präventionsangebote wahrnehmen, Sport treiben oder eben für Medikamente in die eigene Tasche greifen. ■



Das BIOSWING POSTUROMED®: bei über 20.000 Physiotherapeuten im Einsatz

Wirksame Hilfen bei Rückenschmerzen

Profitieren Sie auch im Sitzen von dem **seit Jahrzehnten in der Therapie bewährten Bewegungsprinzip!** Mit dem einzigartigen **3D-Sitzwerk®** ist der BIOSWING Bürostuhl die konsequente Begleitung und Ergänzung einer guten Therapie.

Erfahren Sie mehr unter www.bioswing.de

JETZT PROBESITZEN bei über 120 Fachhändlern!





BIOSWING® – gesundes Sitzen für mehr Wohlbefinden

