

HNA.DE

Neues auf HNA.de/gesundheit

Ob im Job oder privat - es gibt immer wieder Phasen im Leben, in denen man auch über einen längeren Zeitraum größeren körperlichen oder geistigen Belastungen ausgesetzt ist. In den meisten Fällen wachsen Menschen dann regelrecht über sich selbst hinaus, um alle Aufgaben zu meistern. Irgendwann jedoch ist der Akku leer und Erschöpfung macht sich breit. Wie die Energiereserven wieder aufgebaut werden, lesen Sie auf www.HNA.de/gesundheit

ANZEIGE

Die bequeme Alternative.
Wir finden für Sie die optimalen **Contactlinsen!**
HESS OPTIC
...bestens beraten!
Ihr regionaler Brillen-Spezialist
Kostenlose zentrale Service-Nummer
☎ 0800-1 03 03 60



Video: So wird eine verengte Schlagader wieder frei

Durch die Halsschlagadern wird unser Gehirn mit Blut versorgt. Eine Verengung der Halsschlagadern – oder Carotisstenose – sollte deshalb ernst genommen werden. Durch sie kann es zu Durchblutungsstörungen im Gehirn kommen. Die mögliche Folge: ein Schlaganfall. Um dem vorzubeugen, ist eine Operation der verengten Ader eine effektive Methode. Für unser Video haben wir Prof. Dr. Thomas Bürger (links und kleines Bild), Chefarzt der Gefäßchirurgischen Abteilung der Agaplesion Kliniken Kassel, in den Operationsaal begleitet. Ihm assistieren Uwe Herthum (Mitte) und Zeynep Yildiz (rechts). (sib)

Sehen Sie das Video unter:
<http://zu.hna.de/schlagaderop>
Weitere Gesundheitsvideos der HNA unter <http://zu.hna.de/gesundheitsvideo>
Fotos: Beutner/privat

Kupferrose „blüht“ im Gesicht

Zwei Millionen Menschen leiden in Deutschland unter der chronisch-entzündlichen Hautkrankheit Rosacea

Informationen rund um Darmkrebs

KASSEL. 74 000 Menschen erkranken jährlich an Darmkrebs, 25 000 sterben an den Folgen. Früherkennung und eine optimale Behandlung können Leben retten.

Die HNA und das Rote Kreuz Krankenhaus Kassel (RKH) laden am heutigen Dienstag zur Patientenveranstaltung „Darmkrebs – Vorbeugung, Früherkennung und Behandlung“ ein. Chefarzte des RKH informieren rund um das Thema. (pmk)

Die Veranstaltung findet heute von 18 bis 20 Uhr bei der HNA, Frankfurter Straße 168, Sitzungszimmer, 1. Stock, in Kassel statt. Der Eintritt ist frei.

Ich leide seit einiger Zeit unter Rötungen im Gesicht. Mein Hautarzt hat jetzt eine Rosacea diagnostiziert. Ich wüsste gern mehr über die Erkrankung. Welche Therapiemöglichkeiten gibt es?“, fragt eine Leserin aus Kassel.

HNA-SERIE

Leser fragen, Ärzte antworten

Antworten hat Dr. Ionica Vais, Fachärztin für Dermatologie im Medikum Kassel.

Die Rosacea (kleine Rosenblüten), auch unter der Bezeichnung „Kupferrose“ bekannt, ist laut Vais eine chronisch-entzündliche Hauterkrankung, die oft in Schüben verläuft. Anfängliches Symp-

tom ist eine meistens in der Mitte des Gesichts auftretende Rötung. „Häufig sind Frauen im Alter zwischen 30 und 50 Jahren betroffen, bei Männern kommen oft schwerere Verlaufsformen vor“, sagt sie. Die Erkrankung tritt in vier Stadien auf:

Stadium 1: Rötung und hervortretende Blutäderchen (Cuperoze)
Stadium 2: Rötung und Quaddeln / Eiterbläschen
Stadium 3: Knollennase (Rhinophym)

Stadium 4: Ausweitung auf die Augen, bis zu 60 Prozent der Patienten leiden unter Juckreiz, Brennen, Lichtscheue und Sehstörungen.

Die Behandlung der „Rosenblüten“ ist abhängig vom jeweiligen Stadium: „Im ersten Stadium werden äußerlich wirkende Antibiotika angewandt, außerdem ist eine Dauerbehandlung mit Azelainsäure möglich“, sagt die Dermatologin. Eine neue Substanz ohne Nebenwirkungen ist laut Vais Brimonidin-Gel, das alle 24 Stunden auf die Rötungen aufgetragen wird. „Es führt nach etwa einer halben Stunde zu einer deutlichen Besse-

rung der Rötungen“, sagt sie. Das Medikament wirke acht bis zehn Stunden und müsse täglich aufgetragen werden.

In den Stadien 2 und 4 reichen äußerlich wirkende Medikamente nicht mehr aus. Der Dermatologin zufolge ist dann eine systemische Anti-

biotika-Therapie notwendig. Für schwere Rosacea-Formen mit einer Knoten- und Knollenbildung an der Nase (Stadium 3) sei Isotretinoin geeignet. Vais: „Das Medikament wirkt gegen Entzündung, überschießende Talgproduktion und Verhornung.“

Außerdem bestehe die Möglichkeit, die Knoten und Knollen operativ oder mittels Laser abzutragen. „Wegen der oftmals sehr deutlich sichtbaren Symptome, gerade im Gesicht, kann die Erkrankung auch psychosoziale Folgen für die Betroffenen haben“, sagt die Hautärztin.

Die Rosacea kommt relativ häufig vor. In Deutschland leiden etwa zwei Millionen Men-

Zahn-Implantate Unsichtbare Zahnkorrektur Alles aus einer Hand!



Zahnarztpraxis Hüsch
Tel. KS 68759
Zahnarztpraxis Dr. Peterseim
Tel. KS 16777
www.alphaalign.de

schien an der Hauterkrankung. Die Ursache ist noch unklar. Man nimmt an, dass eine genetische Veranlagung, eine Immunreaktion des Körpers, Magen-Darm-Störungen und ein Vitamin-B2-Mangel als Auslöser eine Rolle spielen.

Begünstigen können den Ausbruch der Erkrankung laut Vais beispielsweise Stress, körperliche Anstrengung, Saunagänge, Koffein, Nikotin, Alkohol, scharfe Speisen und hormonelle Veränderungen wie die Wechseljahre.

Bisher ist die Rosacea nicht heilbar. „Wird die Erkrankung aber frühzeitig erkannt und unter regelmäßiger ärztlicher Betreuung behandelt, kann die Lebensqualität der Patienten deutlich verbessert werden“, sagt Vais. (pmk)

• Wenn Sie Beschwerden haben und nicht wissen, an wen

Sie sich wenden sollen, Fragen an Ärzte haben oder mehr über ein bestimmtes Thema erfahren möchten, schreiben Sie uns:

HNA-Lokalredaktion Kassel,
Stichwort: **Gesundheit,**
kassel@hna.de
Fax: 05 61/20 3-24 007

Zur Person

DR. IONICA VAIS wurde 1982 in Craiova (Rumänien) geboren. In ihrer Heimatstadt studierte sie Medizin und machte dort in Krankenhäusern ihre Facharzt-ausbildung zur Dermatologin, die sie im März 2014 abschloss. Seit Mai des vergangenen Jahres arbeitet sie im Ärztezentrum Medikum Kassel zusammen mit Dr. Regina Hahn als Fachärztin für Dermatologie. Ionica Vais ist verheiratet und hat eine Tochter. (pmk)



ELISABETH-KRANKENHAUS KASSEL
VINZENZ-VERBUND HILDESHEIM

Hören, was gesund macht!

Asthma bronchiale

Einladung zur kostenfreien Informationsveranstaltung für Patienten und Interessierte im Vinzenzsaal (4. OG) des Elisabeth-Krankenhauses am:

Mi., 18.03.2015
17 Uhr

Referent:
Klaus Herkersdorf
Oberarzt und Facharzt
für Innere Medizin und Pneumologie

Elisabeth-Krankenhaus gGmbH – Weinbergstr. 7 – 34117 Kassel
Infoline 0561 7201-0 – elisabeth.kassel@vinzenz-verbund.de
www.vinzenz-verbund.de/elisabeth-kassel

Bewegung fördert Lernfähigkeit

Neurobiologe gibt bei Gesundheitstagen Einblicke in Gehirnprozesse beim Lernen

KASSEL. Wie können wir unsere Gedächtnisleistung, unsere Konzentrations- und Merkfähigkeit verbessern? Das geht laut Dr. Max Happel vom Leibniz-Institut für Neurobiologie in Magdeburg oft mit ganz einfachen Mitteln.

„Wir wissen heute, dass Bewegung eine zentrale Rolle spielt, wenn es darum geht, die Lernfähigkeit zu verbessern“, sagt er. Bewegung wirke sich positiv auf die Gehirnprozesse aus. Gerade für Schüler sei eine ausreichende und regelmäßige Bewegung daher besonders wichtig.

Über die Frage, wie wir Prozesse im Gedächtnis steuern und fördern können, spricht Happel am Samstag, 21. März, bei den Kasseler Gesundheitstagen.

Auch mit der richtigen Ernährung lässt sich Happel zufolge die Gehirnleistung stei-



Konzentrationschwierigkeiten: Bewegung und ausgewogene Ernährung helfen. Foto: dpa

gern. Eine ausgewogene Ernährung mit Brot, Gemüse und Obst halte die Konzentration aufrecht.

Traubenzucker zur Steigerung der Konzentrationsfähigkeit, etwa bei Klassenarbeiten in der Schule, hält er dagegen für „Blödsinn“. „Traubenzu-

cker lässt zwar kurzfristig den Blutzucker in die Höhe schnellen, nach 20 Minuten sinkt er aber drastisch wieder ab“, sagt er. So steigere Traubenzucker zwar kurzfristig die Konzentrationsfähigkeit, bei Klassenarbeiten über eine oder zwei Schulstunden bewirke er aber eher das Gegenteil. Happel: „Nach einer halben Stunde tritt ein negativer Effekt auf.“ Sinnvoller sei es, ein Pausenbrot zu essen.

Auch soziale Kontakte spielen gerade bei Schülern eine wichtige Rolle für das Lernen. „Kinder lernen viel über Nachahmung“, sagt er. Die sogenannte soziale Intelligenz helfe, Problemlösungsstrategien eigenständig zu entwickeln. Happel: „Das soziale Umfeld ist ungeheuer wichtig und spielt außerdem eine große Rolle für die Motivation.“ (pmk)

ANZEIGE

Psychotherapie – Hypnotherapie Angst- und Depressionstherapie!
www.psychologischehilfe-kassel.de

• Der Vortrag von Dr. Max Happel „Lernst du noch oder weißt du schon? Über das Behalten und Vergessen aus Sicht des Gehirns“ findet am Samstag, 21. März, von 10 bis 10.45 Uhr während der Kasseler Gesundheitstage im Gesellschaftssaal der Kasseler Stadthalle statt.

• Die Kasseler Gesundheitstage finden am Freitag und Samstag, 20. und 21. März, jeweils von 9 bis 18 Uhr im Kongress Palais Kassel - Stadthalle statt. www.kasseler-gesundheitstage.de