

INFOS WO? WAS? WANN?

WIEN:

17., 18. 11.: „Reparaturdienst für Zahnersatz“ – diensthabendes Labor Dental Technik Kolodziej, 10. Bezirk, Buchengasse 131. Bitte ausschließlich nach telefonischer Vereinbarung unter 0664/338 54 59.

18. 11.: „Schlafapnoe“ – Die kleine Selbsthilfegruppe bietet Betroffenen Erfahrungsaustausch, Auskünfte über Neuigkeiten sowie Unterstützung in Alltagsfragen. Ein Informations-Nachmittag mit namhaften Experten soll auf das Thema Sekundenschlaf bei Betroffenen eingehen. Ab 15 Uhr im Veranstaltungszentrum Catamaran, 2, Johann-Böhm-Platz 1. Auskünfte: ☎ 0664/15 08 627 und www.schlafapnoe-shg.at

19. 11.: „Traditionelle Chinesische Medizin (TCM)“ – Vortrag von Prof. Dr. Mag. Gertrude Kubiena im Rahmen des Mini Med Studiums um 19 Uhr im Novomatic Forum, 1, Friedrichstraße 7. Info-Hotline unter: ☎ 0810/08 10 60 und unter www.minimed.at

19. 11.: „Prostatakrebs: Neue Erkenntnisse aus der Forschung“ – Vortrag von Prof. Dr. Michael Micksche um 18 Uhr bei der Selbsthilfe Prostatakrebs, 2, Obere Augartenstraße 26-28. Info: ☎ 333 10 10 und unter www.prostatakrebs.at

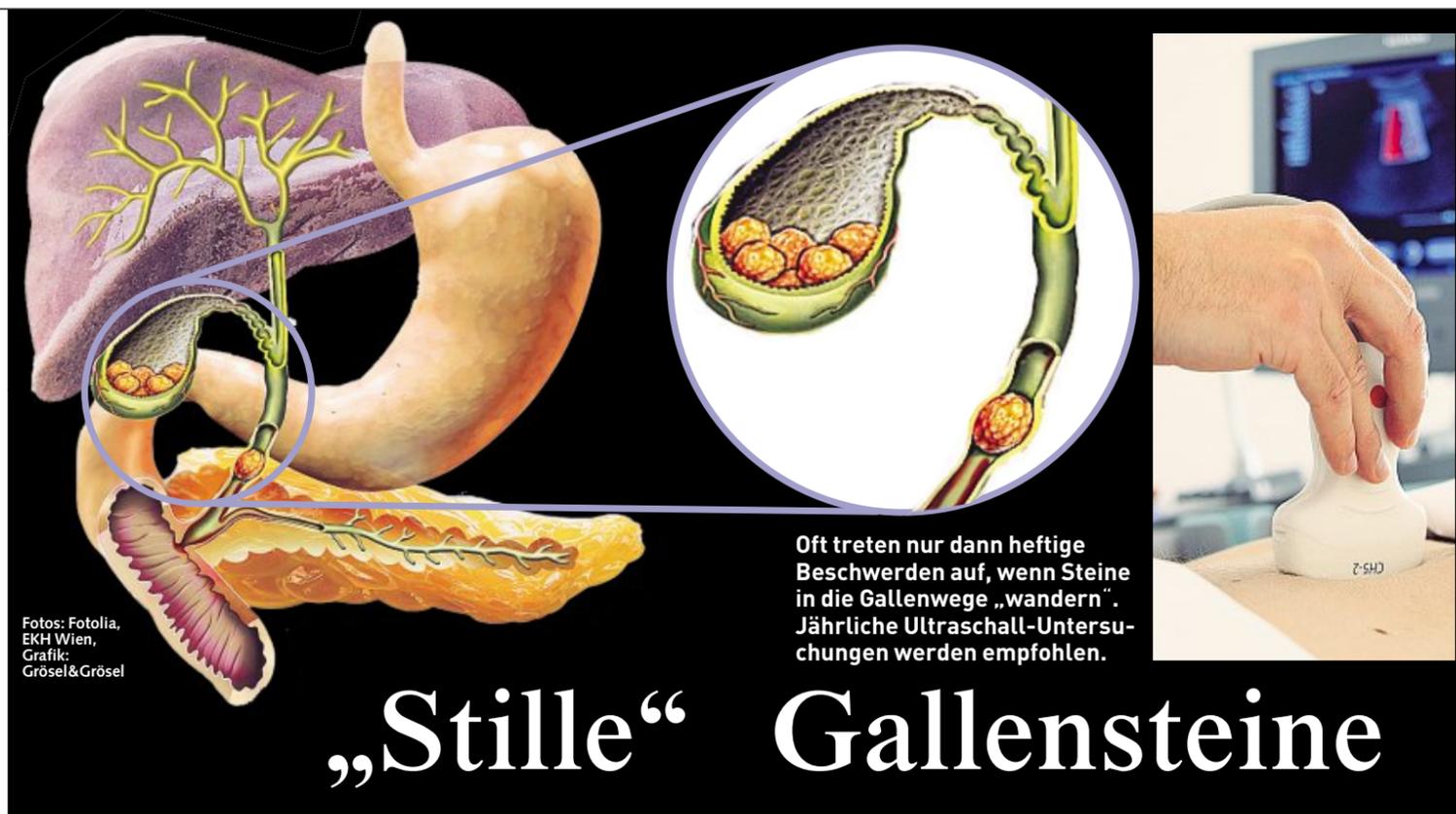
22. 11.: „AHA – Alkohol-Abhilfe-Club“ – Hilfe für Alkohol-krankte und deren Angehörige jeweils Donnerstags von 18.30 bis 22 Uhr, 15, Oeverseestraße 1. Hotline, Auskünfte unter: ☎ 0664/213 58 36 sowie unter aha-club@chello.at

Ab 24. 11.: „Asiatische Medizin zum Eigengebrauch (AME)“ – So nennt sich eine Seminarreihe unter Leitung von Prof. Dr. Mag. Gertrude Kubiena für alle – also nicht nur für Mediziner – die wissen wollen, was man mit asiatischen Methoden für sich selbst tun kann. Grundlagen der TCM werden neben Spezialthemen wie Erkältung, Bluthochdruck, Cholesterin, Haut und Haar, Konzentrations- und Gedächtnisstörungen ebenso erläutert wie Anregungen aus Ayurveda gegeben. Kurszeiten jeweils Samstag von 9 bis 17 Uhr und Sonntag von 9.30 bis 13 Uhr bei der Medizinischen Gesellschaft für Chinesische Gesundheitspflege, 18, Weimarer Straße 41. Auskünfte, erforderliche Anmeldung: ☎ 01/470 71 73 und unter www.medchin.at

25. 11.: „Lust auf Wandern und Geselligkeit?“ – Gelegenheit dazu bietet Dieters geführte Advent-Wanderung von Mödling nach Gumpoldskirchen. Treffpunkt ist um 10 Uhr vor dem Bahnhof Mödling. Info, Anmeldung: ☎ 02252/74 693.

NIEDERÖSTERREICH:
22. 11.: Schmankerl aus der regionalen Küche – Das Waldviertel ist für seine kulinarischen Feinheiten bekannt. Sie haben hier Gelegenheit dem Küchenchef des Herz-Kreislauf-Zentrums Groß Gerungs über die Schulter zu schauen und seinem „xunden“ Kochkurs beizuwohnen. Ab 16.30 Uhr in Groß Gerungs, Kreuzberg 310. Anmeldung unter: ☎ 02812/86 81 - 0. Kosten: 16,50 Euro.

Das GESUND & FAMILIE gestalten Dr. med. Wolfgang Exel, Karin Podolak, Eva Rohrer, Karin Rohrer, Dr. Eva Greil-Schähs, Mag. Monika Kotasek-Rissel, Claudia Simon. E-Mail-Adresse: gesund@kronenzeitung.at
Wissenschaftliche Beratung: Prof. Dr. Michael Kunze.
Layout: Gisela Bilcsik, Jasmin Böhm.
Anzeigen: Karin Ulrich, Tel: 01/36000-3821.



Fotos: Fotolia, EKH Wien, Grafik: Grösel&Grösel

Oft treten nur dann heftige Beschwerden auf, wenn Steine in die Gallenwege „wandern“. Jährliche Ultraschall-Untersuchungen werden empfohlen.

„Stille“ Gallensteine

Sie machen zwar keine Beschwerden, trotzdem steigt das Krebsrisiko

„Stein oder nicht Stein?“ – Das ist die Frage, wenn plötzlich starke Beschwerden im Oberbauch auftreten. Etwa jeder sechste Österreicher hat Gallensteine. Doch nicht immer machen sie sich deutlich bemerkbar. Deshalb wissen viele nicht, welchen „Schotter“ sie mit sich tragen, der – wie man aus aktuellen Studien nun weiß – nicht ungefährlich ist.

Etwas 20 bis 40 Prozent der „Steinträger“ leiden unter anfallartigen, teils heftigen Schmerzen, die bis in die rechte Schulter ausstrahlen können oder „nur“ unter Druck-, Völlegefühl und Blähungen. Wer seine Gallensteine regelmäßig spürt, ist gleich doppelt belastet: Außer zu schmerzhaften Koliken neigen Betroffene zudem öfter zu Komplikationen: Gelbsucht, Entzündung der Bauchspeicheldrüse sowie der Gallenblase. In

der Akutphase kann die Entzündung der Gallenblase auf das Bauchfell übergreifen und lebensbedrohlich werden. „Es besteht auch die Gefahr, dass Steine durchbrechen, in den Darm wandern und dort einen Verschluss verursachen“, warnt der Wiener Internist und Gastroenterologe Univ.-Dozent Dr. Werner Weiss.

Bis jetzt hat der Grundsatz gegolten: Solange Gallensteine keine Beschwerden verursachen, müssen sie nicht behandelt werden.

Doch neue Untersuchungen zeigen: Bei bis zu drei Prozent der Patienten, die keine Symptome haben, kann es trotzdem zu den erwähnten schweren Komplikationen kommen. Außerdem nimmt das Krebsrisiko zu, weil die raue Oberfläche der Steine die Wand der Gallenblase reizt. Dadurch entstehen oft Entzündungen, die bösarti-

ge Veränderungen begünstigen. „Speziell bei Männern wurde ein deutlicher Anstieg von Gallenblasen- und Gallengangkarzinom beob-

achtet“, berichtet OA Dr. Andreas Franczak, Chirurg am Evangelischen Krankenhaus in Wien. Bestehen Steine länger als zehn Jahre,



Apotheker
Mag. pharm.
Kurt Vymazal

Halsschmerzen sind die Folge einer Entzündung, wenn die Schleimhaut gegen Erreger ankämpft

Mund und Hals sind die Eintrittspforten für alles Lebenswichtige: Luft, Essen und Trinken. Aber auch Bakterien und Viren. Diese Krankheitskeime liegen buchstäblich in der Luft. Denn mit jedem Atemstoß, mit jedem Nieser und Huster werden feinste Wassertropfen freigesetzt, die Krankheitserreger enthalten. Wenn jemand diese mit Keimen beladene Luft einatmet, setzen sich diese in den Atemwegen fest. Meist fängt die

AUS DER APOTHEKE RICHTIG ANGEWENDET – Halsschmerz mit Zweifachwirkung bekämpfen

Schleimhaut im Hals bereits die Keime auf. Dort vermehren sie sich und verursachen Rachenkatarrh, Schmerzen und Heiserkeit. Aber auch in der Mundhöhle – vor allem am Zahnfleisch – setzen sich die Schädlinge fest, Entzündung ist die Folge. Chlorhexidin und Lidocain* in Form von Lutschtabletten bekämpfen Bakterien und lindern den Schmerz.

WIRKUNG

Die Kombination von Chlorhexidin und Lidocain hat mehrfache Wirkung in Hals und Rachen: Chlorhexidin wirkt gegen Bakterien, indem es deren Zellwände auflöst, menschliche Zellen jedoch nicht schädigt. Zudem haften Chlorhexidin gut an der

steigt auch die Gefahr für Dünndarmkarzinom um das Zweieinhalbfache, außerdem erhöht sich die Wahrscheinlichkeit für Prostata- und Nierenzellkrebs, wie Langzeitstudien zeigen.

Deshalb sollten „stille Steine“ entfernt werden, wenn sie größer als drei Zentimeter und Darmpolypen größer als einen Zentimeter sind sowie bei der chronisch entzündlichen Darmerkrankung Colitis Ulcerosa. Dr. Franczak empfiehlt einen Eingriff auch jenen Menschen, die nur ab und zu Beschwerden haben aber z. B. eine längere Auslandsreise planen.

Patienten ohne Symptome sollten vorsichtshalber alle eineinhalb bis zwei Jahre einen Oberbauch-Ultraschall durchführen lassen, um Steingröße und Gallenblasenwand kontrollieren zu können, wie Dozent Weiss rät. So lässt sich auch eine so genannte Porzellanggal-lenblase erkennen, die auf Grund chronischer Entzündungen der Blasenwand bei jedem Fünften zu Krebs

führt und daher entfernt werden sollte.

Operationen hinterlassen (fast) keine Spuren mehr, weil sie meist durchs Schlüsselloch (mit feinen Instrumenten, für die nur noch zwei winzige Einstiche und ein kleiner Bauch-Schnitt nötig sind) entfernt werden. In manchen Fällen genügt sogar ein einziger Zugang im Nabel. Man bleibt nur drei bis vier Tage im Spital, eine spezielle Diät ist nicht erforderlich.



OA Dr. Andreas Franczak

ANWENDUNG

Wie der Name schon sagt, lutscht man eine Tablette alle zwei Stunden und lässt sie dadurch langsam im Mund zergehen. Erwachsene dürfen bis zu zehn Lutschtabletten täglich nehmen. Kinder ab sechs Jahren und Jugendliche alle vier Stunden eine Tablette, aber nicht mehr als fünf täglich.

Falls sich die Beschwerden nach drei Tagen nicht gebessert haben oder ganz verschwunden sind, muss man die Halsschmerzen vom Arzt abklären lassen. Es könnte eine zusätzliche Behandlung mit einem Antibiotikum erforderlich sein.

* Chlorhexidin und Lidocain sind enthalten in: easyangin Lutschtabletten, rezeptfrei.

