

Die Nuklearmedizin kann zeigen, wie Zellen aus dem Knochenmark zur Heilung des Herzens nach einem Infarkt beitragen. Das neue Verfahren ermöglicht es sogar, die Therapie mit Stammzellen unmittelbar zu verbessern, erläuterte Wolfgang Rudolf Bauer, Spezialist für kardiale Magnetresonanztherapie, im Rahmen des Kongresses der Deutschen Gesellschaft für Innere Medizin. Anhand der neuartigen Bilder könne der Arzt erkennen, wie er die Behandlung anpassen müsse, damit ein noch größerer Anteil heilender Zellen zum geschädigten Muskel gelange. Ursache einer Herzschwäche ist oft ein Herzinfarkt. In der Altersgruppe der über 65-Jährigen ist Herzinsuffizienz bei Frauen die zweithäufigste und bei Männern die vierthäufigste Todesursache. Oft pumpt das Herz nach einem Infarkt nicht mehr kräftig genug, um den Blutkreislauf aufrecht zu erhalten. Deshalb sei es wichtig, die Heilung des Muskelgewebes nach dem Infarkt zu unterstützen. ap

GESUND UND FIT

Die Ananas erfreut sich großer Beliebtheit. Die Südfrucht gilt als gesund, ist sehr schmackhaft und verbreitet einen Hauch von Exotik auf dem Speiseplan. Allein im Jahr 2007 wurden in deutschen Haushalten durchschnittlich 2,6 Kilogramm Ananas verspeist. Allerdings weist die Verbraucherzentrale Niedersachsen (VZN) darauf hin, dass die Frucht für die Haupterzeugerländer Afrika und mittlerweile auch Costa Rica auch nachteilige Folgen hat. So wurden die Anbauflächen in Costa Rica zwischen 2000 und 2006 verdreifacht – mit negativen Folgen für Umwelt und Bewohner. So wurden nach einer Untersuchung der Organisation Global 2000 Wälder abgeholzt und Kleinbauern dazu gedrängt, ihr Land zu verpachten. Zudem werden in den ausgedehnten Monokulturen intensiv Pestizide eingesetzt – auch solche, die in Europa verboten sind. Rückstände dieser Chemikalien fanden sich in geringer Menge auch in den Früchten. Eine telefonische Beratung zum Thema bietet die VZN montags von 10 bis 16 Uhr für 1,50 Euro pro Minute aus dem deutschen Festnetz unter der Nummer (0 90 01) 79 79 05.



RAT UND TAT

In der älter werdenden Gesellschaft gehört die Altersdemenz zu den wichtigsten Erkrankungen unserer Zeit. Unter dem Titel „Demenz: Vorbeugen, erkennen, begleiten“ informieren die Diplom-Biochemikerin und Stoffwechselfachexpertin Sabine Matthei und Prof. Klaus Hager, Chefarzt der Abteilung Geriatrie im Henrietenstift Hannover, über Demenzerkrankungen. Die Veranstaltung am Mittwoch, 9. April, von 19 bis 21 Uhr im Sunrise Domizil für Senioren, Zeppelinstraße 24, 30175 Hannover, ist kostenlos. Wegen der begrenzten Plätze wird um Anmeldung unter (05 11) 51 94 40 gebeten.

Abzunehmen ist häufig gar nicht so einfach – insbesondere für übergewichtige Menschen, die mit einem Body-Mass-Index (BMI) über 35. Wenn alle anderen Methoden versagt haben, kann starkes Übergewicht heute auch chirurgisch reduziert werden. Am Mittwoch, 9. April, um 16 Uhr informiert das DRK-Krankenhaus Clementinenhaus bei der Veranstaltung „Übergewicht chirurgisch behandeln“ über Auswege aus der Adipositas. Die kostenlose Veranstaltung findet in der Krankenhauskantine „Clementine“, Lützerodestraße 1, 30161 Hannover statt. Wegen der begrenzten Plätze wird um Anmeldung unter Telefon (05 11) 33 94 33 34 gebeten.

Verantwortlich: NICOLA ZELLMER

Ich sehe nicht, was du siehst

Älter werden wir alle. Und den damit verbundenen Zipperlein kann sich keiner entziehen. Weil auch die Sinneswahrnehmung nachlässt, sehen oder hören Senioren meist nicht mehr so gut wie Jüngere. Beim Gesundheitsforum „SINNE IM ALTER“ erklären Experten, wie Sie fit bleiben und Krankheiten rechtzeitig erkennen.

VON NICOLA ZELLMER

Wie fühlt es sich an, wenn man älter als 70 Jahre ist? Klar, niemand bleibt jahrzehntelang so frisch wie mit zwanzig. Im höheren Alter werden vielleicht die Beine schwer, die Muskelkraft lässt nach und auch die Konzentrationsfähigkeit nimmt ab. Vor allem aber beeinträchtigen die Zeit und manchmal auch Krankheiten die Sinne. Man sieht nicht mehr so klar, manche Geräusche gehen verloren, die Finger und Hände können nicht mehr so sensibel ihr Tun ertasten, und häufig nimmt man auch den Geschmack der Nahrung nicht mehr so gut wahr wie früher. Die gute Nachricht: In vielen Fällen lässt sich der Sinnesverlust beheben oder lindern. Moderne Medizin und ein aktives Leben können unangenehme Alterserscheinungen heute vielfach aufschieben.

Besonders wichtig sind den meisten Menschen ihre Augen. „80 Prozent unserer Sinneswahrnehmung laufen über das Auge“, erklärt Cord Feuerhake, niedergelassener Facharzt für Augenheilkunde in Lehrte. In seiner Praxis erlebt er immer wieder die Angst der Patienten vor einer Blindheit und die Verzweiflung darüber, dass sich verlorenes Sehvermögen in der Regel nicht wieder herstellen lässt. „Rechtzeitige Vorsorgeuntersuchungen sind gerade beim Auge immens wichtig“, betont der Arzt. Beispielsweise rät Feuerhake allen über 40-Jährigen, ihr Risiko für einen grünen Star (Glaukom) testen zu lassen, auch wenn die Krankenkassen die Kosten dafür nicht erstatten. Das Glaukom zerstört den Sehnerv – meist durch einen erhöhten Augeninnendruck – und führt so zu einem verkleinerten Gesichtsfeld. „Erhöhter Augeninnendruck kann auf ein Glaukomrisiko hinweisen, bevor die Sehfähigkeit beeinträchtigt ist“, sagt Feuerhake. Auch bei einer diabetesbedingten Netzhauterkrankung schützt die Früherkennung vor Blindheit. „Im Anfangsstadium kann man brüchige Gefäße in der Netzhaut noch mit einem Laser wieder verschließen.“

Ebenfalls vom Zahn der Zeit betroffen ist das Hörvermögen. „Die Altersschwerhörigkeit trifft uns alle – nur in unterschiedlichem Maße“, sagt Prof. Hans-Jürgen Welkoborski, Chefarzt der HNO-Klinik im Krankenhaus Nordstadt des Klinikums der Region Hannover. Dabei überhören wir als Erstes die hohen Frequenzen. Denn die Sinneszellen für den Empfang dieser Töne liegen ganz am Anfang der Hörschnecke im Innenohr und werden daher stärker beansprucht als die weiter hinten befindlichen Zellen für die tiefen Frequenzen. Besondere Sorge macht Welkoborski,

dass zunehmend auch junge Menschen Symptome einer Altersschwerhörigkeit entwickeln. Als Grund dafür sieht er etwa die verbreiteten MP3-Player.

Ist eine Altersschwerhörigkeit so weit fortgeschritten, dass sie den Betroffenen im Alltag beeinträchtigt, kann ein Hörgerät oder auch ein Cochlea Implantat als „internes“ Hörgerät das Hörvermögen verbessern. In manchen Fällen kann auch eine Operation helfen, etwa wenn die Gehörknöchelchen unbeweglich geworden sind. Ein anderes häufiges Problem gerade bei älteren Menschen ist der Tinnitus, bei dem die Betroffenen ständig ein Geräusch im Ohr haben. „In akuten Fällen sind durchblutungsfördernde Maßnahmen erfolgversprechend“, sagt Welkoborski. „Bei chronischem Tinnitus müssen die Patienten jedoch lernen, das Geräusch zu überhören.“

Wie es sich mit einer Schwerhörigkeit leben lässt, weiß Rolf Erdmann vom Schwerhörigenbund zu berichten. Er beklagt, dass in der Öffentlichkeit zu wenig auf die Bedürfnisse von Hörgeschädigten eingegangen wird. „Bahnhofsdurchsagen sind oft unverständlich und werden nicht schriftlich wiederholt“, sagt er. „Im Fernsehen oder Rundfunk werden Nachrichten durch unterlegte Musik unverständlich oder es fehlen Untertitel.“ Auch von den meisten Veranstaltungen fühlen sich Schwerhörige ausgeschlossen. „Hilfen wie Schriftdolmetscher oder Funkanlagen müssen wir uns immer wieder erkämpfen“, betont Erdmann. „Wenn an Hörgeschädigte gedacht wird, lädt man eher Gebärdendolmetscher ein. Aber die 13 Millionen Schwerhörigen in Deutschland beherrschen die Gebärdensprache für Taube normalerweise nicht.“

Dass nachlassende Sinnesleistungen nicht immer altersbedingt sein müssen, erklärt Prof. Reinhard Dengler, Chefarzt der Klinik für Neurologie an der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). „Auch neurologische Störungen können für Probleme mit den Sinnen verantwortlich sein.“ Als Beispiel nennt Dengler durch Diabetes oder Alkoholmissbrauch bedingte Nervenstörungen. „Typisch sind beispielsweise Gangunsicherheiten oder auch Taststörungen an den Händen“, sagt er. Auch Krankheiten wie Parkinson oder Alzheimer beeinträchtigen die Sinnesleistungen und das Gedächtnis. „Parkinsonpatienten beispielsweise können schon lange vor anderen Symptomen schlechter riechen“, berichtet der Neurologe. „Das liegt daran, dass das Riechhirn als Entwicklungsgeschichtlich alter Gehirnteil schon früh betroffen ist.“

Je eher eine neurologische Erkrankung wie die Alzheimer-Demenz erkannt wird, desto besser sind die Chancen für die Betroffenen, eine Verschlechterung hinauszuzögern. „Leider kann man die Krankheit auch mit Medikamenten nur aufhalten und nicht heilen“, betont Volker von der Damerau-Dambrowski, niedergelassener Facharzt für Allgemeinmedizin und Psychotherapie in Stade. Er rät den Angehörigen, bei Verdacht auf eine Demenz frühzeitig mit den Betroffenen zum Arzt zu gehen. „Man tut ihnen keinen Gefallen, wenn man sich verhält als sei alles in Ordnung.“ Die Betroffenen selbst leiden vor al-



„Ganz schön beschwerlich“. HAZ-Redakteurin Juliane Kaune (links) hat mit dem Spezialanzug „Age Explorer“ und Begleiterin Monika Klimmek beim Spaziergang durch Hannovers City erlebt, wie beeinträchtigend das Alter sein kann.

lem am Anfang unter der Erkrankung, wenn ihnen bewusst wird, wie ihr Gedächtnis schwindet. Später dagegen sind es eher die Angehörigen, die durch die Betreuung der Demenzkranken stark gefordert werden. Trotzdem sei es möglich, einen Kontakt mit ihnen zu halten, erklärt von der Damerau-Dambrowski. „Die Kommunikation basiert dann allerdings nicht wie üblich auf der Sprache, sondern ist sehr stark emotionsbasiert. Das Gefühl bleibt bei Demenzpatienten am längsten erhalten und Berührungen und Gesten werden deutlich wahrgenommen.“

Wenn die Erkrankung schon ausgebrochen ist, helfen Antibiotika gegen die Bakterien. Die meisten Patienten erholen sich schon nach wenigen Tagen, aber die Behandlung dauert meist zehn bis 14 Tage. Hat der Kranke zusätzlich eine Entzündung, sind eventuell abschwellende Maßnahmen nötig, um den Druck im Gehirn zu lindern. In zehn bis 15 Prozent der Fälle geht die Infektion lebensbedrohlich auf den ganzen Körper über (Sepsis).

TREFFEN SIE UNSERE EXPERTEN:

Vor den Zipperlein des Alters ist niemand sicher. Doch man kann sich mit einem gesunden Lebensstil und rechtzeitigen Vorsorgeuntersuchungen fit halten und mögliche Krankheiten schon im Anfangsstadium erkennen. Wie welcher unserer fünf Sinne vom Älterwerden beeinträchtigt sein kann und welche typischen Krankheiten die Sinnesorgane treffen können, erläutern unsere Experten beim 19. Gesundheitsforum der Region Hannover, der Ärztekammer Niedersachsen (ÄKN), der Kassenärztlichen

Vereinigung Niedersachsen (KVN) und der Medizinischen Hochschule Hannover (MHH). Präsentiert wird die kostenlose Veranstaltung unter dem Titel „Da vergeht mir Hören und Sehen“ wie gewohnt von der HAZ. Am Sonnabend, 5. April, um 13 Uhr findet die Veranstaltung statt in der MHH erstmals im Neuen Haus der Region Hannover, Hildesheimer Straße 20, 30169 Hannover, statt. Das Regionshaus ist zentral gelegen und mit öffentlichen Verkehrsmitteln erreichbar (Stadtbahnhaltestelle Aegidien-

torplatz oder Schlägerstraße). Folgende Vorträge stehen beim Forum auf dem Programm:
 ● „Hinhören und Hinsehen – Altersdemenz und Kommunikation“ (Dr. Volker von der Damerau-Dambrowski, Facharzt für Allgemeinmedizin und Psychotherapie in Stade)
 ● „Getrübter Blick – das alternde Auge“ (Dr. Cord Feuerhake, Facharzt für Augenheilkunde in Lehrte)
 ● „Mir schwinden die Sinne – Neurologi-

sche Störungen im Sensorium bei älteren Menschen“ (Prof. Dr. Reinhard Dengler, Chefarzt der Klinik für Neurologie, MHH)
 ● „Schwindel und Taubheit – Ohrenkrankungen“ (Prof. Dr. Dr. Hans-Jürgen Welkoborski, Chefarzt der HNO-Klinik im Krankenhaus Nordstadt des Klinikums der Region Hannover)
 ● „Das lässt aufhorchen – Leben mit Hörminderung“ (Rolf Erdmann, Vorsitzender des Deutschen Schwerhörigenbundes, Landesverband Niedersachsen in Hannover)



Immer wieder berichten Medien über Jugendliche, die an Hirnhautentzündung (Meningitis) gestorben sind. Das verunsichert viele Eltern. Wie sie ihre Kinder schützen können, erklärt LUTZ NOLTE vom Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte.

Impfen gegen Meningitis

Was ist eine Meningitis? Die Meningitis ist eine Hirnhautentzündung. Dabei steht die Endung -itis für das Entzündungsgeschehen. Meningitis sind die Häute, die sich zwischen Hirn und Schädelknochen befinden. Als Verursacher kommen unterschiedliche Bakterien in Betracht. Darunter sind auch solche, die besonders häufig einen schweren Krankheitsverlauf verursachen. Am schlimmsten sind die Meningokokken, die in Deutschland für rund 700 Fälle pro Jahr verantwortlich sind. Derart aggressive Erreger sind besonders gefährlich, weil sie leicht von der Hirnhaut ins Gehirn übergehen und dort schwere Schäden verursachen können. Wenn im Hirn Zellen zerstört werden, kann das zu geistigen Schäden oder Bewegungsstörungen, ja sogar häufiger zu Todesfällen führen.

Wie erkennt man eine Meningitis? Meningitis tritt bevorzugt bei Kindern und Jugendlichen in bestimmten Altersgruppen auf: vor allem in den ersten zwei Lebensjahren, bei Kleinkindern bis fünf, sechs Jahre, dann gehäuft zwischen 15 und 19 Jahren. Typische Symptome sind hohes Fieber, Erbrechen und Nackensteifigkeit. Zum Teil sind die Kinder auch nicht ansprechbar. Ein Verdacht auf Meningitis besteht immer dann, wenn die Kinder ihr angezogenes Knie nicht mehr küssen können. Im Krankenhaus werden immer Blut und Hirnwasser untersucht, um die Diagnose abzusichern.

Wie behandelt man eine Meningitis? Wenn die Erkrankung schon ausgebrochen ist, helfen Antibiotika gegen die Bakterien. Die meisten Patienten erholen sich schon nach wenigen Tagen, aber die Behandlung dauert meist zehn bis 14 Tage. Hat der Kranke zusätzlich eine Entzündung, sind eventuell abschwellende Maßnahmen nötig, um den Druck im Gehirn zu lindern. In zehn bis 15 Prozent der Fälle geht die Infektion lebensbedrohlich auf den ganzen Körper über (Sepsis).

Sind Antibiotika das einzige, was hilft? Bei einer akuten Erkrankung ist das so. Aber vorbeugend kann man gegen einen Teil der Bakterien impfen. In Deutschland sind am häufigsten Meningokokken-Bakterien. Dagegen gibt es derzeit noch keine Impfung. Die Entwicklung eines Impfstoffs dürfte noch drei bis fünf Jahre dauern. Etwa 25 bis 30 Prozent der Fälle werden aber durch Meningokokken-C verursacht. Dagegen kann man seit mehr als sieben Jahren impfen: bei Säuglingen zweimal, ab 13 Monaten reicht eine einfache Impfung.

Und wer bezahlt das? Im ersten Lebensjahr leider die Eltern oder private Kassen. Entsprechend der Empfehlung der ständigen Impfkommission ist die Impfung dann ab einem Jahr bis zu 18 Jahren für alle Versicherten kostenlos. Die Kostensituation hat bisher die Ärzte und Eltern sehr verunsichert.

Ist es riskant, erst mit 13 Monaten zu impfen? Wer diese Empfehlung der STIKO befolgt, hat einen guten Impfstandard. Besonders besorgten Eltern kann man auch den frühen Impfbeginn im Säuglingsalter anraten. Wegen des Erkrankungsgipfels bei 15 bis 19 Jahren ist es zudem sinnvoll, auch Jugendliche zu impfen.

Interview: Nicola Zellmer