

Sie fragen, wir antworten

Wir alle wünschen uns, gesund zu bleiben, und wir möchten Krankheiten vorbeugen. Wenn Sie unter Beschwerden leiden und nicht wissen, an wen oder wohin Sie sich wenden sollen, wenn Sie Fragen an Ärzte oder andere Experten haben, wenn Sie Rat suchen, mehr über ein bestimmtes Thema wissen möchten oder einen bewährten Gesundheitstipp an unsere Leser weitergeben wollen, dann schreiben Sie uns, oder rufen an. Wir freuen uns.
Lokalredaktion Witzenhäuser, Tel. 0 55 42/ 93 16 10, E-Mail: witzenhäuser@hna.de Fax: 0 55 42/93 16 18



Video: Was tun gegen übermäßiges Schwitzen?

Schweißflecken unter den Achseln, nasse Hände und feuchte Füße sind Anzeichen für übermäßiges Schwitzen. Diese sogenannte Hyperhidrosis quält viele Menschen. Dr. Sonja Ehlen aus Kassel erläutert in unserem Gesundheitsvideo die Kennzeichen und sagt, was man gegen zu viel Schweiß tun kann. Das Video sehen Sie unter

www.hna.de/gesundheit
 Dort steht das Video in der rechten Spalte. (abg)

Foto: dpa



Ein Video zu diesem Thema gibt es auf www.hna.de/video

HINTERGRUND

Weitere Sehfehler

- Bei einer Kurzsichtigkeit (Myopie) sieht der Betroffene in der Ferne unscharf. Der Grund: Aus der Ferne einfallende Lichtstrahlen werden vor der Netzhaut gebündelt und ergeben ein unscharfes Bild, weil das kurzsichtige Auge zu lang oder die Brechkraft der Augenlinse zu hoch ist.
- Bei einer Weitsichtigkeit (Übersichtigkeit, Hyperopie oder Hypermetropie) werden einfallende Lichtstrahlen hinter der Netzhaut gebündelt. Objekte erscheinen dabei zunehmend unschärfer, je näher sie dem Betrachter sind.
- Bei der Alterssichtigkeit handelt es sich um eine zunehmende Fehlsichtigkeit im Nahbereich durch Veränderungen der Linse im Alter. Aus der Nähe einfallende Lichtstrahlen werden hinter der Netzhaut gebündelt und ergeben so ein unscharfes Bild. (hei)

Einmal im Jahr zum Augenarzt

Besonders ältere Diabetiker erkranken leicht an einem Makula-Ödem – Neue Behandlungsmethode

VON DOROTHEE KÖPPE

Kann Altersdiabetes ursächlich sein, wenn plötzlich das Sehen, insbesondere das Lesen, schwerfällt? Diese Frage stellt eine Leserin aus Hessisch Lichtenau.

Dr. Arno Heinrich, der unter anderem in Eschwege in der Praxis für Augenheilkunde praktiziert, bejaht einen

HNA-SERVICE

Leser fragen Ärzte antworten

Zusammenhang zwischen Diabetes und Augenkrankheiten, besonders bei älteren Patienten.

„Dabei handelt es sich nicht nur um eine Altersweitsichtigkeit“, sagt Heinrich. Die Probleme tauchten relativ plötzlich auf. Zum Beispiel kann trotz Lesebrille nicht mehr gelesen oder die Geldmünzen in der Hand nicht erkannt werden. Es läge eine soziale Erblindung vor, die auf eine Verletzung der Netzhaut zurückzuführen sei.

Viele Patienten realisierten den Zusammenhang zwischen Diabetes und Sehschwäche nicht und nahmen den Alterszucker nicht ernst. Dabei sei die Zuckerkrankheit Haupt-



Sehtest: Diabetiker sollten regelmäßig zum Augenarzt gehen.

Foto: dpa

blindungsursache, erklärt Heinrich. Diabetiker-Patienten sollten deshalb mindestens einmal pro Jahr zum Augenarzt gehen. Doch wie kann ei-

ner Sehschwäche vorgebeugt werden? – Durch die exakte Blutzucker- und Blutdruckeinstellungen, sagt Heinrich. Seit Anfang des Jahres kön-

ne das weit verbreitete Makula-Ödem mit einer neuen Methode behandelt werden: Dazu wird bei lokaler Betäubung ein neues Medikament

ins Augennere gespritzt. Dieses sorgt dafür, dass die Schwellung abklingt, die für die Sehprobleme verantwortlich ist.



Dr. Arno Heinrich

„Dadurch wird der Krankheitsverlauf aufgehalten oder die Sehfähigkeit sogar wieder verbessert“, sagt Heinrich. Allerdings können diese Behandlungen nur operierende Augenärzte vornehmen. Die herkömmliche Methode erfolgt übrigens mit einem Laser.

HINTERGRUND, ZUR PERSON

Zur Person

Dr. Arno Heinrich (52) ist Augenarzt in der Praxis für Augenheilkunde in Eschwege sowie in Kassel. Seit zehn Jahren betreibt er eine Zweigpraxis in Eschwege, in der er nur operiert. Als medizinischer Leiter der Ocurana GmbH für ambulante Augenmedizin ist er zudem in Rotenburg tätig. Heinrich hat in Gießen Medizin studiert und war nach der Facharztausbildung Oberarzt an der Augenklinik in Bad Hersfeld. Er ist verheiratet und hat zwei Töchter. (dot)

www.ocurana.de

Kurz notiert

Das Herz behandeln BAD SOODEN-ALLENDORF. Die Deutsche Herzstiftung im Werra-Meißner-Kreis lädt für Montag, 5. September, zu einem Vortrag in den Wappensaal des alten Kurhauses in Sooden ein. Beginn: 19.30 Uhr. Das Thema lautet „Diagnose und Behandlung von Herzerkrankungen“. Referent ist Oberarzt Dr. Waldemar Hein vom Klinikum Werra-Meißner. Der Eintritt ist frei. (dot)

Palliativmedizin: Infos WITZENHAUSEN. Das Klinikum Werra-Meißner lädt für Mittwoch, 31. August, zu der Abendvorlesung „Palliativmedizin in Witzenhäuser“ ein. Dozent ist Oberarzt Dr. Andreas Lanzendörfer. Die Veranstaltung findet von 19 bis 20.30 Uhr im Personalspeiseraum des Klinikums in Witzenhäuser statt. (dot)

Darmtag mit Seminar BAD SOODEN-ALLENDORF. Ein Arzt- und Patientenseminar mit Industrieausstellung findet am Samstag, 10. September, im Kultur- und Kongresszentrum in Bad Sooden-Allendorf statt. Diesen Darmtag des Klinikums Werra-Meißner gibt es von 9 bis 14 Uhr. Neben Informationen von Ärzten und Experten rund ums Thema Darm findet ein Live-Kochen mit der ARD-Büfett Fernsehköchin Jacqueline Amirfallah statt. Außerdem gibt es laut Ankündigung Live-Endoskopie. (dot)

Auch über schöne Erinnerungen sprechen

Interview mit Cordula Gestrich: Im Alter treten schlimme Kindheitserlebnisse oft wieder in den Mittelpunkt

VON MARTINA HEISE-THONICKE

KASSEL. Die Kinder des Zweiten Weltkrieges sind heute alt. Doch die schlimmen Erlebnisse von damals sind nicht vergessen: die Angst in Bombennächten, Vertreibung, Flucht, der Verlust von Familienmitgliedern oder – wie im Fall von Hannelore Kohl – Vergewaltigungen. Mitunter treten diese Traumata sogar wieder mehr in den Mittelpunkt. Über dieses Thema sprach die Psycho- und Gestalttherapeutin Cordula Gestrich bei den Kasseler Tagespflegetagen.

Frau Gestrich, Sie sprechen von der traumatisierten Generation. Wie haben es die Kinder von damals geschafft, mit ihren Erlebnissen zu leben?

CORDULA GESTRICH: Unter Umständen ziehen sich diese Traumata durchs ganze Leben. Aber sie wurden in der Nachkriegszeit nicht so beachtet. Ganz nach dem Motto Augen zu, Ärmel hoch und durch. Die meisten Menschen haben so



Wirren der Nachkriegszeit: Ein Mädchen aus einem Flüchtlings-treck mit seiner Puppe im Arm nach dem Zweiten Weltkrieg.

Foto: dpa

gut überlebt, weil sie viel gearbeitet haben. Unser Wohlstand und das Wirtschaftswunder sind ein Ergebnis dieser Arbeit. So haben die Men-

schen eine Art von Selbstwert gefunden.

Warum treten diese Traumata im Alter oft mehr zutage?

GESTRICH: Älter werdende Menschen denken an den Anfang zurück, um ihren Lebenslauf zu schließen. Es ist ein Teil des Alterungsprozesses zu fragen, „Wer bin ich?“, „Was war in meinem Leben?“. Das hat mit der Suche nach Identität zu tun. Dabei geht es auch um Verluste, um nicht gelebtes Leben, um Abschiede. Und im Alter funktionieren oft alte Verdrängungsmechanismen nicht mehr. Wenn dann eine Traumatisierung zutage tritt, äußert sich dies auch mit Symptomen von Demenz.

Wie können Angehörige und Pflegekräfte traumatisierten alten Menschen helfen?

GESTRICH: Man sollte versuchen, die Menschen im Hier und Jetzt zu erreichen. Man sollte nicht unbedingt fragen, was damals Schlimmes passiert ist. Wenn die Betroffenen möchten, können sie wie von einem „Film“ erzählen, den man später sinnbildlich wieder wegpackt - am besten in einen imaginären Tresor. Man

darf helfen, darüber zu sprechen, was im Moment beschäftigt, aber zu viel über diese Erlebnisse zu sprechen, ist nicht gut. Wenn man über die Vergangenheit spricht, dann sollte man diese immer wieder einordnen: „Das ist schon lange Jahre her.“ Es kann auch sehr helfen, gemeinsam alte Erinnerungsalben anzuschauen und vor allem über die schönen Erinnerungen zu sprechen.



Cordula Gestrich

Zur Person

Cordula Gestrich betreibt seit 1989 eine Praxis für Psychotherapie in Ulm. Schwerpunkt ihrer Arbeit ist die Begleitung von Menschen in Krisensituationen und nach Gewalterfahrung. Sie arbeitete unter anderem 14 Jahre lang in einem Behandlungszentrum für Folteropfer.