

Ratgeber

Nützliche Tipps für den Alltag. Heute: von Tiermedizinerin

- Mo Gesundheit
- Di Alltagslotse
- Mi Multimedia
- Do Verbraucherrecht
- Fr Ernährung
- Sa **Haustier**

Was versteht man unter einem Fettgeschwür?



VON THERESA ERNST

Insbesondere bei älteren Hunden und Katzen bilden sich gerne unterschiedliche Geschwüre. Die häufigsten sind sogenannte Lipome. Hierbei handelt es sich um Fettgeschwulste, die in den meisten Fällen gutartig sind. Es gibt jedoch auch eine bösartige Form, das sogenannte Liposarkom. Die Fettgeschwulste kommen am häufigsten im Bereich des Brustkorbs und Brustbeins sowie am restlichen Körperstamm und in der Mitte der Gliedmaßen vor. Es handelt sich um weiche, reizlos verschiebbare Knoten, die in der Unterhaut liegen und in der Regel gut abgrenzbar sind. Sie können beträchtliche Größenausmaße annehmen. Unter Umständen stören sie das Tier in seinen Bewegungen. Rein durch die äußere Untersuchung lassen sich solche Fettgeschwulste jedoch nicht von anderen, möglicherweise bösartigen Tumoren unterscheiden. Deshalb sollte ein Tierarzt immer eine Feingewebeprobe entnehmen und unter dem Mikroskop untersuchen. Auf diese Weise kann aufgrund des charakteristischen Aussehens der Fettzellen eine eindeutige Diagnose gestellt werden. Der Tierarzt macht dies meist direkt im hauseigenen Labor. Auch eine Ultraschalluntersuchung kann zur näheren Eingrenzung und Abschätzung der Abgrenzbarkeit und damit Operationsplanung beitragen.

Zahl des Tages

500

Milliliter und mehr zuckerhaltige Getränke trinken 3- bis 17-Jährige im Mittel pro Tag. Damit trinken Kinder und Jugendliche heutzutage ein Viertel weniger Limo und Kakao als noch vor zwölf Jahren. Das hat nun die Folgeerhebung zur Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland (KiGGS) ergeben. Dabei wurden Daten von 6810 Mädchen und 6758 Jungen per Fragebogen erhoben. In dieser Untersuchung wollen Forscher an verschiedenen Faktoren wie Sport und Ernährung herausfinden, wie es um die Gesundheit Heranwachsender in Deutschland bestellt ist und wie sich diese Entwicklung im Lauf der Jahre verändert. Zwar zeigt sich langsam ein besseres Gesundheitsbewusstsein bei Kindern und Jugendlichen: So greifen heutzutage Drei- bis Zehnjährige deutlich häufiger als vor etwa zehn Jahren zu den empfohlenen fünf Portionen Obst und Gemüse. Aber dennoch ist der Anteil mit gerade mal 14 Prozent immer noch sehr gering. Hinzu kommt: Ab dem Alter von elf Jahren nimmt der Anteil der Jugendlichen, die überhaupt noch Gemüse essen, deutlich ab. Den Forschern ist daher klar: Neben dem Vorleben eines gesunden Lebensstils in der Familie müssen auch Wohnumgebungen gesundheitsorientierter gestaltet werden. (StN)

Kontakt



Regine Warth Hanna Spanhel

Fragen, Anregungen, Kritik? Melden Sie sich bei uns.

E-Mail: wissen@stzn.de

Post: Stuttgarter Nachrichten Redaktion Wissenswert Plieninger Straße 150, 70 567 Stuttgart

www.stuttgarter-nachrichten.de/wissen



Wenn wir reisen, dann reisen Gesundheitsrisiken mit. Beim Forum Gesundheit Digital hat der Tübinger Tropenmediziner Benjamin Mordmüller Tipps für Reisevorbereitung, Reiseapotheke und richtiges Verhalten vor Ort gegeben.

VON WILLI REINERS

Eine Reise steht bevor – was sollte man aus medizinischer Sicht bedenken?

Egal ob es in den Schwarzwald geht oder in die Tropen, die Standardimpfungen etwa gegen Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten und die von Zecken übertragene FSME sind Pflicht. Vor Fernreisen insbesondere in die Tropen ist zudem eine reisemedizinische Beratung unbedingt zu empfehlen. Bei jüngeren und gesunden Menschen kann das der Hausarzt übernehmen. Je nach Reiseziel und Reiseroute empfiehlt sich jedoch ein Besuch beim Spezialisten, um den Schutzbedarf entsprechend anzupassen. Auch ältere Menschen sollten sich von Reisemedizinern beraten lassen, zumal wenn sie gesundheitlich bereits beeinträchtigt sind. Grundsätzlich gilt: Reisemedizin ist eine Kosten-Nutzen-Abwägung. „Medikamente bieten Schutz, doch Nebenwirkungen können einem den Spaß an der Reise verderben“, gibt der Tübinger Tropenmediziner Benjamin Mordmüller beim Forum Gesundheit Digital, der gemeinsamen Veranstaltung unserer Zeitung und der Techniker-Krankenkasse, zu bedenken. Ganz wichtig: Es bringt nichts, zwei Tage vor Abflug in die Beratung zu gehen. Mordmüller rät dazu, dies spätestens acht Wochen vor Reiseantritt zu erledigen, damit die Zeit für zeitlich gestaffelte Schutzimpfungen ausreicht.

Sind gefährliche Krankheiten weltweit auf dem Vormarsch?

Erreger wie das Zika- und Dengue-Virus bewegen sich tatsächlich langsam aus den Tropen nach Norden. Klimaerwärmung und weltweite Vernetzung machen es möglich, dass die übertragenden Mücken sich ausbreiten. So wurden in den vergangenen Jahren erstmals Dengue-Fälle aus Florida und Texas gemeldet. Dessen ungeachtet sieht Mordmüller weltweit allenfalls einen leichten Gefahrenanstieg für Reisende. Er gibt aber zu bedenken: „Was auf jeden Fall deutlich zugenommen hat, ist die Anzahl der Reisenden – und die Anzahl der Reisen mit ausgefallenen Zielen.“ Entsprechend steige die Zahl der aus dem Urlaub mitgebrachten Krankheiten. Angesichts der guten medizinischen Versorgung in unseren Breiten sei das aber kein ernstes Problem.

Was sind die größten Gefahren im Urlaub?

Gefährliche Infektionskrankheiten wie Ebola, die nur in den Tropen vorkommen, machen zwar immer wieder Schlagzeilen. Aber die allermeisten Gefahren, die im Urlaub lauern, haben damit eher wenig zu tun. „Wenn man sich in den Tropen infiziert, dann handelt es sich häufig um Erkrankungen, die man auch in Stuttgart bekommen kann“, sagt Mordmüller. Als Beispiel nennt er die Grippe. Wer in Afrika oder Südamerika beispielsweise in bedrängten Verkehrsmitteln reise, den könne es leicht erwischen. Weithin unterschätzt würden zudem Unfälle am Urlaubsort, im Straßenverkehr, aber auch bei Sportarten wie Tauchen oder Kitesurfen. Der Tübinger Experte rät dazu, sich vorher über die ärztliche Versorgung am Reiseziel zu informieren und die Kontaktdaten von Medizinern, die eventuell sogar Deutsch können, bereit zu halten.

Fit in der Ferne

Reisemediziner helfen bei der Urlaubsvorbereitung



Hintergrund

Impfungen nicht vergessen

- Reisewarnungen müssen regelmäßig aktualisiert werden, um auf aktuelle Ausbrüche etwa von Malaria reagieren zu können. Einen Überblick bietet die Webseite der Deutschen Gesellschaft für Tropenmedizin und Internationale Gesundheit, dtg.org.
- Reiseimpfungen sind grundsätzlich keine Leistung der gesetzlichen Krankenversicherung. Einige Krankenkassen übernehmen die Kosten trotzdem: Eine Immunisierung gegen Gelbfieber kostet etwa 60 Euro, eine Impfung gegen die Japanische Enzephalitis rund 90 Euro und gegen Tollwut rund 70 Euro. (wir)

ler testet in Gabun derzeit ein neues Impfkonzept, das einen Durchbruch bringen könnte. Wer in Risikoländer reist, braucht bis auf Weiteres unbedingt eine medikamentöse Chemoprophylaxe vor, während und nach der Reise. Bei Ländern mit geringem Risiko empfiehlt Mordmüller eine Stand-by-Therapie: „Man hat Tabletten dabei und nimmt sie ein, wenn man Fieber bekommt.“ Auch gegen andere von Mücken übertragene Krankheiten (Zika, Dengue, Chikungunya) gibt es keine Impfung. Sie sind aber in der Regel nicht lebensbedrohlich und verlaufen ohne Langzeitschäden. Komplikationen sind aber möglich.

Wie schützt man sich vor Mückenstichen?

Lange Kleidung bietet Schutz. Unbedeckte Körperstellen sollte man mit Insektenabwehrmitteln einreiben oder -sprühen. An Fenster gehören Insektengitter, übers Bett Moskitonetze, die mit Insektiziden imprägniert sein sollten. Auch Kleidung kann man so behandeln.

Was ist mit Tollwut?

Die Tollwut ist als immer tödlich verlaufende Infektionskrankheit ein wichtiges Thema in der Reisemedizin, wird aber von Urlaubern eher unterschätzt. Indien ist stark betroffen, Afrika ebenfalls. Man kann sich aber schon am Strand von Mallorca infizieren, wenn man von einem infizierten Hund gebissen wird. Mordmüller empfiehlt, die Wunde mit Seife auszuwaschen und nicht mit Alkohol, denn das lasse die Viren verklumpen. Eine Impfung ist möglich, auch wenn man bereits gebissen wurde. Diese sogenannte Postexpositionsprophylaxe muss aber so schnell wie möglich erfolgen. „Wer ganz sicher gehen will, sollte sich vor der Reise impfen lassen. Ich empfehle das ganz gerne, weil die Impfung sehr gut verträglich ist“, sagt Mordmüller.

Und Cholera?

Der Tübinger Tropenarzt rät nur Katastrophenhelfern, die in Krisengebiete reisen, zu einer Impfung. Für alle anderen Reisenden sei das Risiko einer Infektion äußerst gering. Allerdings: Eine Impfung gegen Cholera bietet auch einen gewissen Schutz gegen E-Coli-Bakterien, die Durchfall auslösen können. Laut Mordmüller sinkt das Erkrankungsrisiko um etwa 30 Prozent.

Was gehört in die Reiseapotheke?

Menschen mit Grunderkrankungen müssen ihre Medikamente einpacken. Sonnencreme, Antibiotikum, Desinfektionsmittel und Verbandzeug gehören auch in den Koffer, dazu Nadeln und Spritzen bei längeren Urlauben. Eine Stand-by-Prophylaxe gegen Malaria sollte man zu Hause kaufen, rät Mordmüller. Vor Ort gibt es die Medikamente zwar viel billiger, dort könnten sie aber gefälscht sein und wären schlimmstenfalls wirkungslos.

Tübingen regelmäßig sehen“, sagt Mordmüller, der stellvertretender Leiter des Instituts ist. Man könne die Malaria gut behandeln, dazu müsse man sie zunächst aber auch erkennen. „Die Symptome sind sehr unspezifisch, Kopfweh und Fieber können ja auf alles Mögliche hinweisen.“ Bisher gibt es keine Impfung gegen die Malaria. Mordmüller

Warum ist die Mücke das weltweit gefährlichste Raubtier?

Die von Mücken übertragene Malaria ist die weltweit häufigste Infektionskrankheit. 2016 kostete sie rund 500 000 Menschen das Leben. „Die Malaria ist der wichtigste tropenmedizinische Notfall, den wir auch am Institut für Tropenmedizin an der Uniklinik

desvertretung der Kasse mitgeteilt, dass die „Kosten für eventuell notwendige Alternativpräparate übernommen“ werden. Gleiches gelte für die Zuzahlungen für diese Medikamente: „Sie werden allen betroffenen Versicherten erstattet.“

Die Techniker-Krankenkasse warnt vor möglichen Mehrkosten

Die Techniker-Krankenkasse gibt sich zögerlicher: „Sollten Sie für ein Medikament mit dem Wirkstoff Valsartan ein neues Rezept von Ihrem Arzt erhalten, erstatten wir Ihnen einmalig die dadurch anfallende gesetzliche Zuzahlung“, heißt es auf ihrer Homepage. Und gibt zudem die Warnung aus: „Auf dem Markt befinden sich Präparate mit teils erheblichen Mehrkosten, die von uns nicht erstattet werden.“

Versicherte der AOK Baden-Württemberg wiederum haben Glück: Die AOK hat fast flächendeckend Rabattverträge für Valsar-

Zahlen Bluthochdruckpatienten nun drauf?

Nach dem Rückruf von Valsertan-haltigen Arzneimitteln droht einigen Betroffenen neuer Ärger mit teureren Alternativpräparaten

VON REGINE WARTH

STUTTGART. Bluthochdruckpatienten hierzulande sind doppelt verärgert: Erst wird bekannt, dass sich in manchen Chargen von Arzneimitteln mit dem Wirkstoff Valsartan Verunreinigungen befinden, die im Verdacht stehen, Krebs auszulösen. Die Folge: Die betroffenen Patienten müssen auf Alternativen zurückgreifen. Doch genau da taucht ein zweites Ärgernis auf: Nämlich wenn klar wird, dass die jeweilige Krankenkasse eines Patienten keinen Rabattvertrag mit dem Hersteller abgeschlossen hat. Dadurch wird das Mittel zuzahlungspflichtig. Wenn der Preis zudem über dem vorgesehenen Festbetrag liegt, fallen noch höhere Kosten an.

Ein Beispiel hat aktuell das Online-Portal der Apotheke-adhoc.de genannt: Dort wird der Fall eines Patienten geschildert, der normalerweise das Medikament Valsartan/HCT 160/12,5 mg einnimmt, dessen Festbetrag bei 31,75 Euro liegt. Weil dieses Präparat aber von Verunreinigung betroffen ist, wird

ihm das Alternativpräparat Codiovan von Novartis verschrieben. Der Preis für das Präparat in der entsprechenden Stärke beträgt jedoch 122,59 Euro. Für den Patienten fällt somit eine Festbetragsaufzahlung von 90,84 Euro an. Hinzukommen fünf Euro für die gesetzliche Zuzahlung. Das macht 95,84 Euro Mehrkosten für den Patienten.

Das könnte gefährliche Folgen haben: Aus Angst von Mehrkosten könnten viele Patienten ihr Medikament absetzen und kein weiteres mehr einnehmen. Ein fataler Fehler, so das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte: Ein Absetzen kann sich besonders auf das Herz-Kreislauf-System und die Nierenfunktion auswirken.

Die Krankenkassen haben wohl inzwischen die Gefahr erkannt: In Baden-Württemberg sind 4261 Barmer-Versicherte von dem Rückruf betroffen. Die Krankenkasse hatte für einige der zurückgerufenen Präparate Rabattverträge geschlossen. Dazu gehörten Valsartan AbZ, Valsartan Heumann und Valsartan comp.AbZ. Nun hat die Lan-

den mit TAD Pharma abgeschlossen, einem der Konzerne, die von den Problemen bei einem chinesischen Lieferanten nicht betroffen sind. Und auch für baden-württembergische DAK-Versicherten gibt es Alternativen: „Wir haben mehrere Rabattverträge abgeschlossen, darunter auch mit Herstellern, die von dem Rückruf nicht betroffen sind“, sagt der Pressesprecher Daniel Caroppo von der DAK Baden-Württemberg. Sollte es aber dennoch zu nachweislichen Lieferengpässen kommen und die Patienten müssten dann auf Präparate mit Mehrkosten ausweichen, würden diese von der Kasse übernommen werden.

Der Landesapothekerverband (LAV) Baden-Württemberg indes fordert derweil die Hersteller von Arzneimitteln auf, strengere Qualitätskontrollen durchzuführen. Mittlerweile würden Generika wie auch Originalpräparate immer häufiger im Ausland produziert – etwa in Indien oder China. Dass sei der Qualität wenig zuträglich, sagt der LAV-Präsident Fritz Becker.