

Medikamente

Beratungstelefon Meditel: Fachleute des Gesundheitstipp beantworten die Fragen der Leserinnen und Leser

Blutdruckmittel: Risiko für die Haut?

«Ich habe hohen Blutdruck und nehme das Medikament Co-Atenolol. Nun habe ich gehört, dass Blutdruckmittel das Risiko für Hautkrebs erhöhen. Gilt das auch für meines?»

Nein. Ihr Medikament enthält kein Hydrochlorothiazid (HCT). Dieser Wirkstoff kann Hautkrebs begünstigen, wie verschiedene Medien berichteten. HCT ist zum Beispiel in Exforge HCT oder Co-Valsartan enthalten. Doch selbst wenn Sie eines dieser Medikamente hätten, dürften Sie es weiter nehmen. Wichtig ist einfach, dass Sie sich gut vor der Sonne schützen. *(wo)*

Geruchssinn weg: Was ist passiert?

«Ich hatte eine heftige Grippe. Dabei verlor ich den Geruchssinn und rieche zum Beispiel kein Parfum mehr. Wie kommt das?»

Ich vermute, dass die Viren Ihre Geruchsnerve geschädigt haben. Versuchen Sie es mit dem homöopathischen Mittel Pulsatilla C30. Nehmen Sie einige Tage lang jeden Tag drei Globuli

Wickel aufs Knie:
Weisskabis lindert die Schmerzen ebenso gut wie Voltaren



Hilft Voltaren-Gel gegen Knieschmerzen?

«Ich habe oft Knieschmerzen. Besonders weh tun die Knie, wenn ich sie ruhig halte, zum Beispiel in der Nacht. Ich verwende Voltaren-Gel. Ist das gut?»

Ja, aber es gibt günstigere Alternativen. Studien zeigten, dass Kohlwickel gleich gut helfen wie Voltaren. Schneiden Sie dafür Weisskabis-Blätter ab und fahren Sie mit dem Wallholz darüber. Legen Sie die Blätter am Abend aufs Knie und befestigen Sie sie mit einem leichten Verband. Achten Sie darauf, dass Sie die Haut dabei nicht einschnüren. Waschen Sie die Haut am Morgen ab.

Auch Wallwurzsalbe können Sie ausprobieren. Bewegen Sie sich zudem oft. Wenn das nichts nützt, kann auch Physiotherapie helfen. *(mf)*

ADOBE STOCK(2)

ein. Kaufen Sie zusätzlich ein Präparat mit Omega-3-Fettsäuren und B-Vitaminen. Das tut den Nerven gut. Falls das nicht hilft, könnten Sie es auch mit traditioneller chinesischer Medizin oder mit klassischer Homöopathie versuchen. *(mf)*

Osteoporose: Das Mittel wechseln?

«Ich habe brüchige Knochen. Mein Arzt spritzt mir seit sieben

Jahren Prolia. Jetzt möchte er auf das Medikament Bonviva wechseln. Ist das gut?»

Ja. Prolia sollte man nicht zu lange nehmen. Beim Absetzen erhöht sich die Gefahr, dass Wirbel brechen. Deshalb sollte man nach der Einnahme von Prolia ein bis zwei Jahre lang ein anderes Aufbaumedikament nehmen. Wie Ihr Hausarzt würde ich Ihnen zum Beispiel Bonviva empfehlen. *(wo)*

Was hilft gegen Magenbrennen?

«Ich habe seit längerer Zeit Magenbrennen. Gibt es dagegen sanfte Mittel?»

Ja. Achten Sie zuerst auf die Ernährung. Vollkornbrot, Kartoffeln, Haferflocken, Mandeln, Früchte und Gemüse sorgen dafür, dass der Magen weniger sauer ist. Verzichten Sie auf Kaffee und Zigaretten. Essen Sie ausserdem am Abend nur

noch wenig. Oft hilft auch ein Basenpulver, zum Beispiel Basica oder Dr. Jacob's Basenpulver. Es neutralisiert den Magensaft und liefert wichtige Mineralstoffe. Auch Ingwerwasser tut gut. Schneiden Sie dafür mehrere Scheiben frischen Ingwer und übergiessen Sie sie mit heissem Wasser. Lassen Sie den Tee etwa eine Viertelstunde lang ziehen und trinken Sie eine halbe Stunde vor jeder Mahlzeit eine Tasse davon. *(wo)*

Warum heilen die Wunden schlecht?

«Ich hatte einen Unfall. Dabei zog ich mir zwei Wunden im Gesicht zu. Ich creme sie mit der Narbensalbe Keli-Med ein. Doch die Wunden sehen nicht gut aus. Soll ich ein anderes Mittel nehmen?»

Nein. Zeigen Sie die Wunden nochmals Ihrem Hausarzt. Vielleicht sind noch Schmutzreste darin – oder etwas anderes, das die Heilung behindert. Verzichten Sie vorläufig auf die Salbe. Vielleicht reagiert die Haut schlecht auf die Massage beim Einreiben oder auf die Wirkstoffe. (wo)

Brauche ich Hormone?

«Um meine Knochen zu stärken, gab mir mein Frauenarzt die Hormonpflaster Estradot und die Hormontabletten Prodafem. Meine neue Ärztin will mir jetzt schwächere Hormone geben. Ist das gut?»

Nein. Wenn Sie keine Beschwerden haben, brauchen Sie gar keine Hormone. Sie können sogar schädlich sein: Wenn Sie über längere Zeit Hormone nehmen, steigt Ihr Risiko für Brustkrebs. Bewegen Sie sich

jeweils über Mittag eine halbe Stunde an der frischen Luft und essen Sie ausgewogen: viel Gemüse, Früchte, Getreide, Milchprodukte, Fisch und Eier. Mit Sportarten wie Joggen, Aerobic und Minitrampolin stärken Sie Ihre Knochen zusätzlich. (mf)

Was hilft gegen trockene Augen?

«Ich habe trockene Augen. Das rechte ist am Morgen oft gerötet. Tagsüber trânt es. Die Augenärztin gab mir künstliche Tränen und die Augentropfen Euphrasia. Es bessert aber nicht. Gibt es Alternativen?»

Ja. Versuchen Sie Pflөгетropfen mit Hyaluronsäure und Malve, zum Beispiel Visiodoron Malva von der Firma Weleda. Sie enthalten weder Konservierungs-



Augen: Tropfen mit Hyaluronsäure und Malve lindern die Beschwerden

mittel noch Phosphat. Deshalb reizen sie das Auge weniger und Sie können das Mittel über längere Zeit anwenden. (wo)

Cholesterin erhöht: Was tun?

«Ich habe schon lange erhöhtes Cholesterin. Der HDL-Wert liegt bei 1,81, der LDL-Wert bei 6,1 Millimol pro Liter. Ich mache mir Sorgen, weil mein Vater mit 58 Jahren einen Herzinfarkt hatte. Ich möchte ungern ein Medikament einnehmen. Was kann ich tun?»

Ein LDL-Wert von über 4,9 mmol/l gilt als hohes Risiko. Wenn Sie trotzdem kein Medikament nehmen möchten: Versuchen Sie noch drei Monate lang, das Cholesterin mit viel Bewegung und gesunder Ernährung zu beeinflussen. Essen Sie täglich 15 Gramm Flohsamen und eine Handvoll Nüsse. Achten Sie auch darauf, dass Sie genügend Omega-3-Fettsäuren zu sich nehmen, zum Beispiel in Lachs oder Leinöl. Lassen Sie dann von Ihrem Hausarzt kontrollieren, ob die Werte gesunken sind. Wenn nicht, kann er zum Beispiel abklären, ob Sie eine familiär bedingte Cholesterinkrankheit haben. Dann wäre ein Medikament sinnvoll. (mf)



Rufen Sie an:
Kostenlose Beratung

Verstehen Sie Ihre Diagnose nicht? Hat Ihnen der Arzt eine Therapie verschrieben, von der Sie nicht überzeugt sind? Sind Sie unsicher, ob das Medikament das richtige für Sie ist? Oder müssen Sie sich gar operieren lassen? Die Gesundheitstipp-Ärztinnen Dr. med. Martina Frei und Dr. med. Stephanie Wolff beraten Sie gerne am Gratis-Telefon.



Martina Frei
Ärztin (mf)



Stephanie Wolff
Ärztin und Homöopathin (wo)

BERATUNGSZEITEN:
Jeden Mittwoch von 9 bis 17 Uhr

Bitte nehmen Sie jeweils alle Unterlagen oder Medikamente mit ans Telefon. So können die Ärztinnen Sie besser beraten.

Berater im Hintergrund:

Auch diese Fachleute beantworteten Meditel-Fragen in dieser Ausgabe.



Michael Seefried,
Kinderarzt (Se)



Beatrice Fischer,
Ernährungsberaterin (Fi)



Bettina Schlagenhauff,
Hautärztin (Bes)



Peter Schlegel,
Elektrosmog-Experte (Pes)



Walter O. Frey,
Sportarzt (Wof)