

Länger und gesünder leben

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren



11/2016
NOVEMBER

Unverzeihlich: Ärzte übersahen tödlichen Infekt

Liebe Leserin, lieber Leser,

diese Tragödie um eine 82-Jährige Frau zeigt: Auch als Laie sollten Sie sich unbedingt mit medizinischen Themen auskennen. Was ist passiert? Die Patientin kam im April 2016 in die Notaufnahme eines bayerischen Krankenhauses: Starke Schmerzen im Gesicht, Schluckstörungen, Kieifersperre – die Ärzte vermuteten einen Schlaganfall. Doch als sie im Computer-Tomografen nichts finden konnten, schickten sie die Frau wieder nach Hause.

Dort recherchierte dann ihr besorgter Mann auf eigene Faust. Anhand der Symptome war er sich bald sicher: Seine Frau hatte eine Tetanus-Infektion! Rasch fuhren sie zurück in die Klinik. Und dann bestätigten es auch die Ärzte: tatsächlich, Tetanus!

Das Unglaubliche: Die Frau hatte sich an derselben Klinik fünf Tage vorher eine Schnittwunde nähen lassen, die sie sich bei der Gartenarbeit zugezogen hatte. Dass die Ärzte bei dieser Vorgeschichte nicht an Tetanus dachten, ist unverzeihlich. Doch im hektischen Klinikalltag passieren solche Fehler schnell. In diesem Fall war er tödlich. Die Infektion war nicht mehr zu beherrschen.

Meine Bitte: Bleiben Sie wachsam, hinterfragen Sie – freundlich, aber bestimmt – ärztliche Diagnosen. Lassen Sie sich nicht abwimmeln und informieren Sie sich selbst. Wir geben Ihnen mit unseren Beiträgen dafür das nötige Rüstzeug.

Ihr

Ulrich Fricke

Vitamin B₁₂

Das wichtigste Vitamin für alle Menschen über 60: 4 Schritte gegen den Mangel

Unter einem Mangel an Vitamin B₁₂ leiden zuerst Ihre Nerven. Sie werden anfällig für Stress, Depressionen und Demenzerkrankungen. Die schlechte Nachricht: Diese Schäden treten auf, schon lange bevor die üblichen Testverfahren einen Mangel anzeigen. Die gute Nachricht: Die Schäden sind noch rückgängig zu machen, wenn sie rechtzeitig entdeckt werden. Wie das geht, zeigen wir Ihnen hier – vier Schritte sind dabei besonders wichtig.

Auch die Schulmedizin hat mittlerweile erkannt, dass ältere Menschen oft unzureichend mit Vitamin B₁₂ versorgt sind. Dr. Andreas Leischker, Altersmediziner und Chefarzt an der Maria-Hilf-Alexianer-Klinik in Krefeld, mahnt: „Wir entdecken häufig schwerwiegende Vitamin-B₁₂-Mängel. In der Altersmedi-

zin sind bis zu 40 % der Patienten davon betroffen.“

Der Experte hat wie viele (aber leider noch nicht alle) seiner Kollegen erkannt: Etwa ab dem 60. Lebensjahr wird es für Sie immer schwieriger, das Vitamin B₁₂ aus der Nahrung zu verwerten. Denn das Vitamin muss im Darm an ein Transportprotein gebun-

Außerdem in dieser Ausgabe

- | | |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Reizdarm 4 | Alternative Krebstherapie 7 |
| Jeder Zehnte ist betroffen: Durchfall, Übelkeit, Blähungen. Ärzte finden selten eine Ursache. Jetzt gibt es endlich eine einfache Diätform, die 70 % der Patienten hilft. | Mistel, Milz und Thymus stärken Ihre Abwehrkräfte gegen Tumorzellen. Doch viele Präparate sind offiziell nicht mehr erhältlich. Wie kommen Sie trotzdem daran? |
| Osteoporose 5 | Herzkrankheiten 10 |
| Gegen Knochenschwund verordnet Ihnen Ihr Arzt Medikamente, Kalzium und viel Milch. Das alles nützt Ihnen nichts – wir verraten, was Sie wirklich brauchen! | Ein Bypass ist nur der letzte Ausweg. Längst gibt es sanftere Alternativen. Der neueste Clou: Stents, die sich von selbst auflösen. Aber sind sie wirklich für Sie geeignet? |
| Aktuelles 11/12 | → Cholesterin: Erhöhte Werte sind im Alter gar nicht schlecht! |
| → Darmkrebs: 70 % höhere Überlebenschancen mit Fischöl | → Rückenschmerzen: Nehmen Sie an dieser Studie teil |
| → Selenmangel: Ihr Krebsrisiko steigt um das Zehnfache | → Herzschwäche: Eisen macht Ihre Pumpe wieder stark |
| → Ernährung: Warum Nitrat manchmal gut für Ihre Gesundheit ist | → Diabetes: Radeln senkt Ihr Risiko um ein Drittel |