

Immer mehr Kinder sind hyperaktiv

Düsseldorf. Immer mehr Kinder nehmen nach einer Untersuchung der Krankenkasse DAK Medikamente gegen das sogenannte Zappelphilipp-Syndrom (ADHS).

2008 hätten 3,1 Prozent der bei der Kasse versicherten Kinder entweder den Wirkstoff Methylphenidat, der beispielsweise in dem Medikament Ritalin enthalten ist, oder den Wirkstoff Atomoxetin, zum Beispiel in Strattera, genommen, erklärte die DAK. „Im Vergleich zum Vorjahr stieg bei uns die Anzahl der Verordnungen um 4,8 Prozent.“ Jungen würden etwa viermal so häufig wegen des Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätssyndroms behandelt wie Mädchen. Überprüft wurden Kinder und Jugendliche zwischen sechs und 18 Jahren in NRW. **epd**

DAS REZEPT

Ein Genuss: Süßes Kastanienpüree



Die Bochumer Ernährungsberaterin Ingeborg Twarkowski empfiehlt:

Esskastanien sind vielen vom Weihnachtsmarktbummel bekannt. Dort kann man sie in der Schale geröstet kaufen. Esskastanien, auch Maronen genannt, enthalten reichlich B-Vitamine und auch die Aminosäure Tryptophan, was für gute Nerven und eine gute Laune sorgt. Der Gehalt an Kalzium und Phosphor tut Knochen und Zähnen gut.

Bei der folgenden Süßspeise braucht man für die Optik eine Kartoffelpresse. Die Maronenmasse wird durch die Kartoffelpresse in Schälchen gedrückt.

Süßes Kastanienpüree für ca. 6-8 Portionen:

2 Pakete vakuumierte, gekochte Maronen (je 200g), 250ml Wasser, 2 Riegel Zartbitterschokolade (etwa 6-8 Stückchen einer 100g Tafel), 1 Tüte Bourbonvanillezucker, 4 EL Zucker (möglichst Rohrzucker). Ist der Nachtisch nur für Erwachsene gedacht: 1 EL Rum zugeben. Außerdem 250g geschlagene Sahne. Auch hier der Tipp: Wenn der Nachtisch nur für Erwachsene gedacht ist, die Sahne mit einem Teelöffel Rum und etwas Zucker aufschlagen.

Die Zubereitung:

Die Kastanien in der Küchenmaschine mit der feinen Reibe zu Kastanienmehl reiben. Dies geht auch auf der Handreibe, ist aber etwas zeitaufwändiger. Das Kastanienmehl in eine große Schüssel geben. Das Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. Den Zucker, Vanillezucker und die Schokolade darin schmelzen. Zuletzt eventuell den Rum zugeben. Die Flüssigkeit zur Maronenmasse geben, alles gut vermengen. Abschmecken und kühlstellen. Vor dem Servieren das Maronenpüree durch die Kartoffelpresse in Schälchen füllen. Dazu die aufgeschlagene Sahne servieren.

Guten Appetit!

Redaktion: Petra Koruhn/
Jutta Bublies
☎ 0201/804-6557
E-Mail: gesundheit@waz.de

Der Garant für ungetrübtes Sehen

Warum eine gesunde Hornhaut für unsere Augen so wichtig ist. Und welche Therapien im Krankheitsfall helfen

Dr. Mark Tomalla

Essen. Dichter besingen die Augen als Spiegel der Seele. Für Mediziner sind sie die komplexesten Sinnesorgane des Menschen. Von der Unversehrtheit der Hornhaut des Auges hängt ein großer Teil der menschlichen Sehkraft ab. Die Hornhaut steuert zwei Drittel der Lichtbrechkraft unseres Sehapparates. Die glasklare, nur einen halben Millimeter dicke, mehrschichtige Membran besteht aus Kollagenfasern – ohne Blutgefäße, aber von feinen Nervenenden durchzogen.

Die Hornhaut des Auges besteht aus fünf Schichten und ist aufgrund ihres anatomischen Aufbaus in der Regel vollkommen transparent. Die Hornhaut (Cornea) ist wie ein Uhrglas in die so genannte Lederhaut des Auges eingelassen. Bedingt durch ihre Krümmung und die damit verbundene Brechkraft können Lichtstrahlen gebrochen werden. Zusätzlich durch die Brechkraft der Linse bei normalsichtigen Augen werden Lichtstrahlen dann auf der Netzhaut scharf abgebildet. Ist ein Mensch kurz- oder weitsichtig oder leidet er unter einer Hornhautverkrümmung ist hierfür zusätzlich eine Brille und/oder Kontaktlinsen erforderlich.

»Es können verschiedene Transplantationen nötig sein«

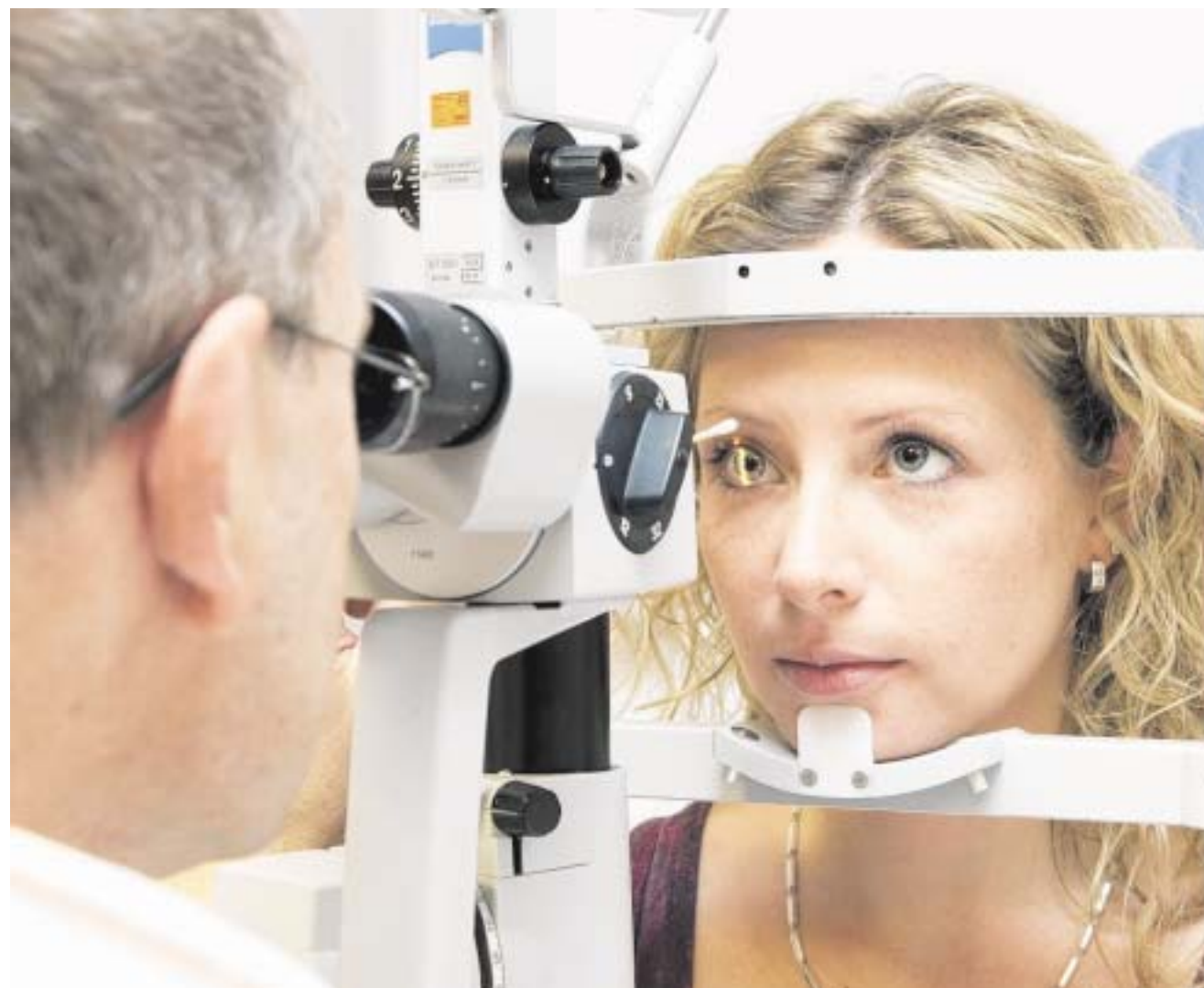
Erkrankungen oder Verletzungen der Hornhaut können dazu führen, dass ihre Transparenz abnimmt. Die damit verbundenen Trübungen verschiedener Dichte bis hin zur Narbe können verschiedene Tiefen und Schichten der Hornhaut betreffen. Dies alles führt zu einem mehr oder minder reduzierten Lichteinfall. Eine mögliche Sauerstoffunterversorgung, wie sie sich zum Beispiel beim Tragen von Kontaktlinsen oder durch Narben findet, kann zum Einwachsen von Gefäßen in die Hornhaut führen.

HORNHAUT

Kontaktlinsen können Schäden machen

Falsch angepasste und schlecht gepflegte Kontaktlinsen können die Hornhaut der Augen schwer schädigen.

Häufige Fehler seien das Schlafen mit den Linsen oder die Reinigung mit Leitungswasser, sagte ein Sprecher der Deutschen Ophthalmologischen



Eine ärztliche Augenuntersuchung: Die Hornhaut ist das kristallklare Fenster vorne am Auge, durch das man die farbige Iris (Regenbogenhaut) und die schwarze Pupille sieht. Foto: Ullstein

Ausgehend von den unterschiedlichen Erkrankungen gibt es eine Vielzahl an therapeutischen Möglichkeiten. Neben den medikamentösen Therapien in Form von Salben und Tropfen sind die operativen Maßnahmen von besonderer Bedeutung. Mit Hilfe von spezieller moderner Diagnostik können häufig die Tiefen von Narben bei abgelagerten Erkrankungen gemessen werden. Es können verschiedene Arten von Hornhauttransplantationen nötig sein.

Ärzte unterscheiden hierbei die so genannte „anteriore lamelläre Hornhauttransplantation“, die „posteriore lamelläre Hornhauttransplantation“, bei der die Rückfläche der Hornhaut transplantiert wird,

sowie die „perforierende Hornhauttransplantation“, wo alle Schichten der Hornhaut transplantiert werden.

Die Hornhauttransplantationen können entweder mechanisch oder mit Hilfe von so genannten Excimer- oder Femtosekundenlasern durchgeführt werden. Die Transplantate sind von Organ Spendern zur Verfügung gestellt worden und werden vor einer Transplantation in speziellen Instituten untersucht und zur Transplantation freigegeben. Abstoßungsreaktionen spielen, da das Hornhautgewebe keine Gefäße aufweist, im Gegensatz zu anderen Organen nur eine untergeordnete Rolle.

Tropfentherapie stabilisiert die Hornhaut

Andere Erkrankungen, etwa ein Keratokonus, können mit einer Schwächung des Hornhautgewebes einhergehen. Daraus resultiert häufig eine Verformung der Hornhaut. Durch die Änderung der anatomischen Form ist es häufig nicht mehr möglich, mit der Brille eine ausreichende gute Sehschärfe zu erhalten. In einem solchen Fall müssen häufig spezielle Kontaktlinsen an-

gefertigt werden, um eine gute Sehschärfe zu erreichen. Konnte man bis vor einigen Jahren im Endstadium der Erkrankung nur eine Hornhauttransplantation durchführen, so finden sich heute je nach Dicke der Hornhaut verschiedene therapeutische Ansätze.

Bei einer ausreichenden Dicke ist etwa eine Quervernetzung („Cross-Linking“) durchführbar. Mit Hilfe einer Tropfentherapie in Kombination mit einer UV-Strahlung wird die Hornhaut hierbei stabilisiert. Durch die erfolgte Stabilisierung wird häufig das Voranschreiten der Erkrankung verhindert oder aber verzögert. Ähnliches gilt für die Therapie bei der Verformung und Schwächung

der Hornhaut schon weiter vorangeschritten ist. Hier werden zur Stabilisierung und Reduzierung der Vorwölbung in der Hornhaut Kunststoffringe implantiert. Diese ermöglichen es häufig, wieder Brille oder Kontaktlinse zu tragen.

Durch beide Verfahren wird versucht, die eigene Hornhaut so lange wie möglich zu erhalten, da die Hornhauttransplantate nur eine mittlere Lebensdauer von etwa zehn Jahren haben. Somit wären gerade bei jungen Patienten noch häufigere Operationen durchzuführen, wobei jeder Eingriff ein mögliches Risiko mit sich bringt. Von daher richtet sich der therapeutische Ansatz immer darauf, eigenes Gewebe zu erhalten. **mp/sm**

ZUM AUTOREN

Chefarzt und Kolumnist



Dr. Mark Tomalla gehört zum großen Ärzteteam der Kolumnisten unserer Zeitung. Er ist Leiter der Klinik für Refraktive und Ophthalmochirurgie in Duisburg. Der Mediziner gibt unseren Lesern regelmäßig Tipps zur Augen-Gesundheit.

Schnarcher verzichten aufs Bierchen

Nasenklammern kommen eher selten zum Einsatz

Baierbrunn. Wer mit einem Schnarcher seine Nächte verbringen muss, der hat es nicht leicht. Das permanente Sägen hat schon so manchen zur Weißglut getrieben.

Hauptursachen fürs Schnarchen sind laut Experten (www.apotheken-umschau.de) enge Atemwege und eine nachts nachlassende Spannung der Rachenmuskeln. Alkohol, Medikamente und große Müdigkeit lassen die Muskeln zusätzlich erschlaffen. Der häufigste Antischnarch-Versuch der Deutschen ist einer repräsentativen Umfrage im Auftrag der „Apotheken Umschau“ zufolge aber der Verzicht auf Alkohol. Um das Schnarchen zu vermeiden,



Alkohol macht müde, aber animiert auch zum Ratzen. Foto: ddp

hat ein Großteil der Befragten versucht, an Gewicht abzunehmen.

Andere Hilfsmittel wie Nasenklammern, Antischnarchkissen oder Kinnbinden, die eine Mundatmung verhindern sollen, werden von den deutschen Schnarchern eher selten genutzt.

Hilfe beim „dicken Bein“

Lymphnetzwerk Rhein-Ruhr: Experten gegen das Lymphödem

Oberhausen. Das Oberhausener „Lymphnetzwerk Rhein-Ruhr“, das sich im September gegründet hat, bietet Hilfe für Patienten mit typischen Beschwerden eines Lymphödems.

Beim Lymphödem handelt es sich um eine besondere Form des „dicken Beines“, welches aus einer Abflussstörung des Blutes aus dem Bein oder dem Arm herrührt. Neben den eher seltenen angeborenen Formen treten diese Ödeme zumeist nach Operationen auf.

Ein Lymphödem ist eine sichtbare und tastbare Schwellung eines Körperteils, die auf der Ansammlung nicht abtransportierter Flüssigkeit mit Eiweiß und Stoffwechsellacken im Zwischenzellge-

webe beruht. Es ist Folge einer Lymphgefäßschädigung und Folge des ungenügenden Abtransports der lymphpflichtigen Substanzen, speziell der Eiweißkörper aus dem Zwischenzellgewebe.

Frühzeitige Diagnose

Im Gegensatz zu den meisten anderen Ödemformen führt das unbehandelte Lymphödem zu schweren Schäden des gestauten Gewebes.

Nur eine frühzeitige Diagnose und die konsequente Anwendung anerkannter und moderner Behandlungsmaßnahmen können eine Fortschreitung der Erkrankung und die damit verbundene Einschränkung der Lebens-

qualität und der Arbeitsfähigkeit der Betroffenen verhindern.

Die enge Kooperation zwischen den Hausärzten, Fachärzten, Physiotherapeuten und Sanitätshäusern soll hier den Ausweg bilden, um solche Komplikationen zu vermeiden. Im Rhein-Ruhr-Netzwerk sind Dr. Siamak Pourhassan, niedergelassener Gefäßchirurg und Lymphologe, Astrid Rattay, Lymphtherapeutin/Masseurin und Jürgen Willecke, Geschäftsführer des Sanitätshauses Willecke vertreten.

Lymphnetzwerk Rhein-Ruhr, Oberhausen, Klosterstr. 12, 46145 Oberhausen.
☎ 0208-668898 oder 0208-778 1545, Fax: 0208-667968

AM PULS

Doktor-Check

Wer zum Arzt muss, will natürlich wissen, ob er – also der Doc – was drauf hat. Wo erfährt man das? Bei den zig doc-checks im Internet, ja. Aber Sie müssen gar nicht surfen, es reicht, wenn Sie Zug fahren. Oder S-Bahn, oder Regional-Express – wie auch immer.

Zwischen Bochum und Duisburg, Gelsenkirchen und Haltern am See erfährt man genau, wo sich die Kapazitäten für Herz und Nieren befinden. „Mein Kardiologe ist Spitze“, sagt Frau X. „Wo ist der?“, fragt Frau Y. Und schon ist man bestens bedient.

Natürlich gehen nicht alle Gespräche so aus. Viel öfter leider hört man dieses wehe Klagen: „War schon zig Mal beim Arzt, und keiner konnte mir helfen.“ Oder dieses leise Stöhnen: „Ich hab's im Knie. Hat mir der Doktor drei Spritzen reingegeben. Genützt hat's nichts.“

Liebe Doktoren! Seien Sie also vorsichtig – es spricht sich alles 'rum. **pek**

Klinikpatient nach falschen Arzneimitteln

Neu-Isenburg. Bei Patienten über 70 Jahren gehen zehn bis 15 Prozent der Klinikeinweisungen in Deutschland auf das Konto von Arzneimittelfehlern. Zudem sind rund 14 Prozent der durchschnittlichen Verweildauer in Kliniken auf unerwartete Arzneimittelwirkungen zurückzuführen. Darauf hat jetzt Professor Wilfried von Eiff vom Centrum für Krankenhaus-Management der Universität Münster hingewiesen. Laut der „Ärzte Zeitung“ werden 80 Prozent aller Medikationsfehler durch ärztliche Verordnungsfehler verursacht. Bei fünf Prozent der Patienten sollen solche Fehler zu schweren Gesundheitsschäden bis hin zum Tod führen. Dem Problem könnte nach Angaben von Eifff das durch Begeben von Eifff dadurch begegnet werden, klinische Pharmazeuten anzustellen. Diese Spezialisten sollten ärztliche Verordnungen überprüfen und freigeben. **mp/sm**

Bei Fliegen hilft Soja gegen Krebs

Oakland. Eine in Sojabohnen enthaltene Substanz könnte in Zukunft als Wirkstoff gegen Krebs dienen. Auf sie aufmerksam geworden sind US-Forscher zunächst bei Taufliegen. Die Insekten produzieren bestimmte Moleküle, die als Sphingadiene bezeichnet werden. Wie sich in den Versuchen gezeigt hat, kann eine hohe Konzentration dieser Substanz zum Tod geschädigter Zellen in den Fliegen führen. Auch im menschlichen Körper könnten die Sphingadiene diesen Effekt auslösen und so Tumorzellen absterben lassen, glauben die Wissenschaftler.

Jüngere Eltern mögen Gebete nicht

Baierbrunn. „Ich bin klein, mein Herz ist rein“ gehört zu den bekanntesten Gute-Nacht-Gebeten für Kinder. Doch einer Umfrage im Auftrag der „Apotheken Umschau“ zufolge sind vor allem die jüngeren Leute immer weniger der Meinung, Eltern sollten mit ihren Kindern beten – ob nun Gute-Nacht- oder Tischgebete. Spricht sich bei den Senioren ab 70 Jahren noch knapp jeder Zweite für ein tägliches Gebet mit den Kindern aus, sind dies bei den Befragten unter 40 Jahren nur noch weniger als ein Viertel (23,3 %).