



## Mit Gicht ist gut Kirschen essen

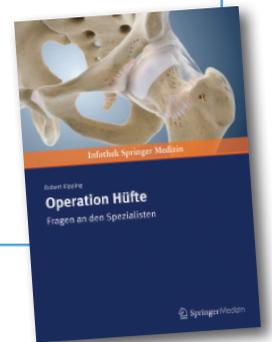
Zweimal täglich eine Handvoll Kirschen essen – das hilft Gichtpatienten, um schmerzhafte Attacken zu verringern, erklären Wissenschaftler der Universität Boston/USA. So sank das Risiko einer Gichtattacke um 35 Prozent, wenn die Patienten an zwei vorangegangenen Tagen Kirschen gegessen hatten. Noch stärker war der Effekt von Kirscheextrakt, hier nahm das Risiko um 45 Prozent ab. An der Studie hatten 633 Gichtpatienten teilgenommen. 220 von ihnen suchten ihrer Krankheit mit frischen Kirschen beizukommen, 15 tranken Kirscheextrakt, 33 probierten es mit beidem. Dass Kirschen Gichtschmerzen lindern können, wird schon länger vermutet: Den Früchten werden entzündliche und antioxidative Eigenschaften zugeschrieben, die auf den Pflanzenfarbstoff Anthocyan zurückzuführen sind. Man vermutet außerdem, dass Kirschen die Produktion von Harnsäure hemmen. Das Bostoner Team wird die Kirschtherapie nun in Strategien zur Gichtvorsorge einbinden. »| VH

Foto: © Nantika/Fotolia

## Ratgeber: Hüftoperation

Patienten mit Hüftgelenkbeschwerden wissen oft nicht, welche Behandlungsmöglichkeiten es gibt und wie eine Hüftgelenkersatzoperation abläuft. Welche häuslichen Vorbereitungen sind im Falle einer Operation nötig und wann kann man welche Arbeiten wieder aufnehmen? In der Broschüre „Operation Hüfte“ beantwortet Dr. Robert Kipping – erfahrener Orthopäde und Unfallchirurg – Fragen rund ums Thema Hüftgelenk und gibt einen Einblick in medizinisches Hintergrundwissen und Hüftprothesenmodelle. Bestellmöglichkeiten unter [www.springer.com](http://www.springer.com) oder per E-Mail: [leserservice@springer.com](mailto:leserservice@springer.com)

Robert Kipping:  
„Operation Hüfte“  
88 Seiten,  
ISBN 978-3-89935-  
272-6,  
€ 16,95



## Was hab ich?

Patienten, die ihren medizinischen Befundbericht nicht verstehen, bekommen nun Unterstützung aus dem Internet. 2011 starteten die Dresdener Medizinstudenten Anja Kersten und Johannes Bittner einen Online-Service, der „Ärztelatein“ in verständliches Deutsch übersetzt. Unter [www.washabich.de](http://www.washabich.de) bearbeitet ein ehrenamtliches Team aus rund 560 Medizinstudenten und Ärzten kostenlos rund 150 Befunde und Entlassungsbriefe pro Woche. Ihr Ziel: ein aufgeklärter und gut informierter Patient. Für dieses Engagement erhielt „Was hab

ich?“ am 11. September den Zukunftspreis 2012. Das Unternehmen Janssen verleiht diesen Preis seit 1997 an Projekte, die neue Wege in der Gesundheitsversorgung beschreiten.

Um hochwertige Übersetzungsergebnisse zu garantieren, arbeitet „Was hab ich?“ nach strengen Qualitätsregeln. So steht den Medizinstudenten bei Rückfragen zu komplexen Befunden ein ärztlicher Fachbeirat zur Verfügung. Aufgrund der Vielzahl von Patientenfragen musste sogar ein „virtuelles Wartezimmer“ eingerichtet werden. »| VH

# 30%

aller Unfälle auf dem Weg zur Arbeit gehen Expertenschätzungen zufolge auf das Konto von Alkohol und Co. Jeder fünfte Arbeitsunfall ist laut der Weltgesundheitsorganisation (WHO) auf Alkohol oder die Einnahme von Medikamenten zurückzuführen. »| VH

Foto: © beamedia/Fotolia

14%

der Patienten würden ihrem Arzt widersprechen, wenn sie nicht mit seinen Ratschlägen übereinstimmen. Zu diesem Ergebnis kam eine internetbasierte Befragung von 1.340 Patienten im Alter von 40 bis 60 Jahren. Ihren Ärzten zu widersprechen, fällt offenbar den meisten Patienten schwer – viel schwerer, als Fragen zu stellen oder Wünsche zu äußern. Als Grund dafür nannten 47,2% der Patienten die Furcht, als „schwierig“ zu gelten. 40% glaubten, eine abweichende Meinungsäußerung würde die Beziehung zum Arzt beschädigen. „Die Scheu, ja Furcht der Patienten davor, dem Arzt gegenüber eine abweichende Meinung zu äußern, scheint ein ganz wesentliches Hindernis für eine gemeinsame Entscheidungsfindung zu sein“, resümierten die Wissenschaftler der Studie. >| VH

## Schmerzen in den Beinen warnen vor Herzinfarkt

Auch wenn es erstaunen mag: Bestimmte Formen von Beinschmerzen deuten auf ein erhöhtes Herzinfarktrisiko hin. Wachsamkeit ist insbesondere bei Wadenschmerzen geboten, die beim Gehen auftreten und beim Stehenbleiben nachlassen. Gleiches gilt für Schmerzen, die sich beim Hinlegen in der Zehenregion bemerkbar machen, vor allem wenn Aufstehen für Linderung sorgt. Beide Schmerzformen sind ein typisches Symptom einer Arteriosklerose, bei der es aufgrund von Ablagerungen in den Adern an unterschiedlichen Stellen des Körpers zu Durchblutungsstörungen kommt, wie Prof. Dr. med. Eike Sebastian Debus von der Klinik für Gefäßmedizin am Herzzentrum Hamburg betont. Da die Beine bei einer Arteriosklerose (Gefäßverkalkung) häufig erst spät betroffen sind, ist bei solchen Beinschmerzen oft schon eine deutliche Verkalkung der Herzkranzgefäße vorhanden, was im Laufe der Zeit zu einem Herzinfarkt führen kann. Betroffene sollten deshalb beim Arzt unbedingt darauf bestehen, dass nicht nur ihre Beine untersucht werden, sondern in regelmäßigen Abständen auch das Herz. >| VH

## Infos rund um Antibiotika

Antibiotika haben weltweit bereits unzählige Leben gerettet. Doch nicht immer ist die Einnahme dieser Medikamente sinnvoll: Da Antibiotika sehr häufig und dabei oft nicht richtig angewendet werden, bilden sich sogenannte Resistenzen. Deshalb haben das Ärztliche Zentrum für Qualität in der Medizin (ÄZQ), die Kassenärztliche Bundesvereinigung (KBV) und die Bundesärztekammer (BÄK) eine Kurzinformation zum Thema „Antibiotika – Was Sie wissen sollten“ veröffentlicht. Leicht verständlich vermittelt sie wichtige Informationen

darüber, wie und wann Antibiotika wirken und worauf bei ihrer Einnahme zu achten ist. Die Kurzinformationen „Behandlung mit Antibiotika“ und „Resis-

tenzen gegen Antibiotika“ können unter <http://www.patienten-information.de/kurzinformation-fuer-patienten-kostenlos-heruntergeladen-werden>. >| VH



Foto: © Levent Inez/Stockphoto