



gesund&fit **Experten-**

SIE FRAGEN - WIR AN



EXPERTEN ANTWORTEN: Auf www.gesund24.at haben Leser/-innen die Möglichkeit, Fragen an Gesund-Profis zu stellen. Einige davon werden hier beantwortet.

Überbein am großen Zeh (Hallux valgus)

Frage: Meine Großzehe hat ein Überbein und zieht immer mehr nach außen! Muss ich operieren?

Antwort: Ausschlaggebend für die Entscheidung ob Operation ja oder nein, ist, ob das Überbein, der sogenannte Hallux valgus, Schmerzen verursacht. Wenn Sie keine Schmerzen verspüren und ästhetische Gründe für Sie kein Thema sind, dann kann man einen Hallux valgus auch konservativ behandeln. Eine Operation ist anzuraten, wenn das Überbein schmerzt und es zu laufenden Reizungen kommt (beispielsweise durch das Tragen von Schuhen). Sie können den Fuß sofort nach der Operation mit einem Spezialschuh belasten. Vier bis sechs Wochen nach der OP ist ein Spezialschuh zu tragen. Sportarten, die den Fuß wenig belasten (Schwimmen, Radfahren), können Sie nach vier Wochen wieder ausüben. Mit den Fuß belastenden Sportarten sollten Sie bis zu acht Wochen warten.

DR. ANDREAS BIRNER

FA für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie im OSZM; oszm.at



Pickelchen im Gesäßbereich - Was soll ich tun?

FRAGE: Ich habe dauernd kleine Pickelchen am Po-Bereich. Wie werde ich die endlich los?

ANTWORT: Pusteln und Entzündungen kommen besonders im Gesäßbereich häufig vor. Die Ursache ist meist eine Kombination aus Schwitzen und vermehrter Reizung durch Wäsche oder Hosen. Typischerweise sind diese Veränderungen oft therapieresistent beziehungsweise kommen sie immer wieder. Wichtige Tipps sind möglichst lockere Kleidung. Sollten Sie z. B. im Radfahr-/Laufdress schwitzen, unbedingt eine beruhigende Lotion auftragen. Vermeiden Sie es, die kleinen Pusteln auszudrücken! Es wird dadurch noch schlechter. Falls die Region behaart ist und sie deshalb rasieren, vermeiden Sie Trockenrasur



und verwenden Sie danach eine leicht desinfizierende Lösung bzw. Lotionen. Wenn z. B. Aloe-vera-Gel nicht hilft, ziehen Sie Ihren Hautarzt hinzu.

DR. SABINE SCHWARZ
FÄ für Haut- und Geschlechtskrankheiten; hautzentrumwien.at



Alternativmedizin bei Asthma?

FRAGE: Ich habe gehört, Akupunktur hilft bei allergischem Asthma, stimmt das?

ANTWORT: Komplementäre Behandlungsmaßnahmen wie Akupunktur, Entspannungstechniken, TCM oder Homöopathie werden immer

beliebter. Da allergisches Asthma auch von Faktoren wie Stress oder dem Lebensstil beeinflusst wird, ist es sinnvoll, die schulmedizinischen Behandlungen mit Alternativen zu kombinieren, um Asthmaanfällen besser vorzubeugen.



MR OR DR. ELISABETH ZEHETNER

FÄ für Lungenkrankheiten; lungenzentrumwien.at

SO FUNKTIONIERT ES: Stellen Sie Ihre persö

Sprechstunde TWORTEN

Risiko bei Schilddrüsen- Operation

FRAGE: Stimmt es, dass es nach einer Schilddrüsen-OP Probleme mit der Stimme gibt?

ANTWORT: Der zarte Stimmbandnerv verläuft beidseitig hinter der Schilddrüse und sorgt für den korrekten Verschluss der Stimmritze, also für den Erhalt gewohnter Stimmgebung im Kehlkopf. Eine Verletzung bei der Operation kann zu Sprechproblemen und Heiserkeit führen. Heutzutage gelingt es erfahrenen Schilddrüsen-Chirurgen allerdings längst, dieses Risiko auf ein Minimum zu reduzieren, und zwar mithilfe des Neuromonitorings: Jeder Teilabschnitt des Nervs ist unter akustischer und visueller

Kontrolle, der Chirurg kann sofort reagieren, wenn er nur in die Nähe dieses feinen Nervs gelangt. Zusätzliche Sicherheit bietet modernes, hochpräzises OP-Besteck, das eine feine Schnittführung und einen nahezu unblutigen Eingriff ermöglicht.

DR. KATAYOUN TONNINGER-BAHADORI

FA für Allgemeine Chirurgie und Viszeralchirurgie,
Schilddrüsen-Expertin



Die gefährlichen Risiken eines erhöhten **Blutdrucks!**

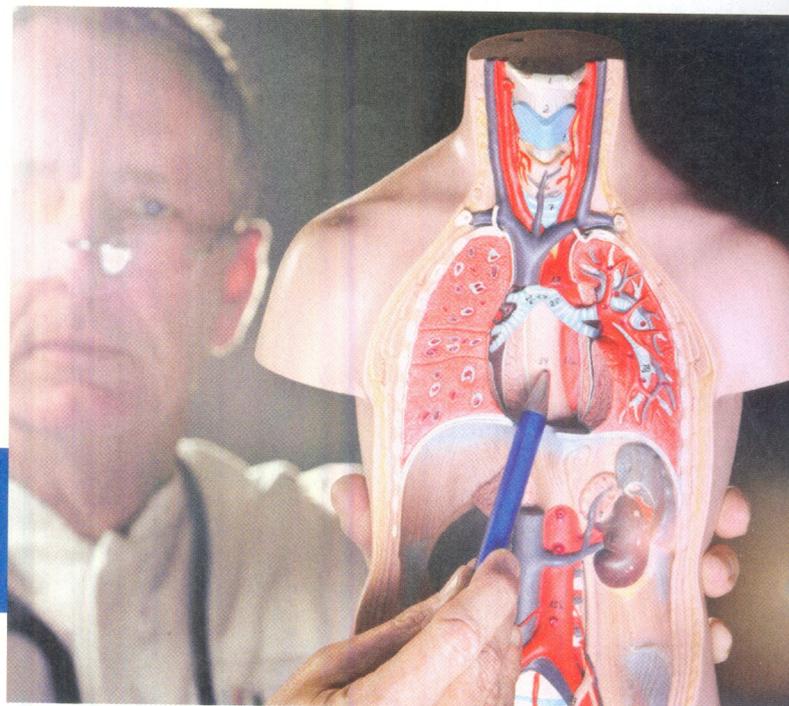
FRAGE: Warum ist ein hoher Blutdruck gefährlich?

ANTWORT: Ein erhöhter Blutdruck zählt zu den wichtigsten Risikofaktoren von Herz-Kreislauf-

krankungen. Das heißt, dass, wenn der Blutdruck größer als 135/85 mmHg ist, ein Risiko für Schlaganfall, Herzinfarkt, Herz- oder Nierenschwäche besteht. Besonders in Kombination mit Diabetes, Übergewicht, erhöhtem Cholesterinspiegel oder bei Rauchern potenziert sich dieses Risiko.

**PRIM. UNIV. PROF. PD
DR. THOMAS WEISS,
PHD FESC**

FA für Innere Medizin;
doktorweiss.at



Zusammenhang zwischen Lungenleiden und Reflux

Frage: Mein Asthma hat sich verschlimmert. Jetzt wollen meine Ärzte auf Sodbrennen untersuchen. Warum?

Antwort: Heiserkeit, Husten, Asthmaanfälle mit Kurzatmigkeit und akuter, lebensbedrohlicher Atemnot können – wie seit Langem bekannt – auch auf gastrointestinales Reflux zurückgehen. Und zwar egal, ob das bekannte Leitsymptom Sodbrennen wahrgenommen wird oder nicht. Nun weisen auch immer mehr Patientenstudien darauf hin, dass unbehandelter oder falsch behandelter, starker Reflux und akute Verschlechterungen bei Asthma oder COPD Hand in Hand gehen. Patienten, bei denen weder Bronchoskopie, Laryngoskopie noch Thorax-CT auf eine Lungenerkrankung hinweisen, sollten daher ebenso auf Reflux hin untersucht werden – so wie jene, die bereits unter einer obstruktiven Lungenerkrankung leiden. Bestätigt sich nämlich die Diagnose Refluxkrankheit, kann durch die passende Behandlung nicht nur das Sodbrennen gelindert, sondern auch der schweren, schubweisen Verschlechterung einer bestehenden Lungenerkrankung gegengesteuert werden. Ganz wesentlich ist allerdings, einen chirurgischen Eingriff nur bei jenen Patienten in Erwägung zu ziehen, die wirklich dafür geeignet sind. Ist das Antireflux-Ventil am Ausgang der Speiseröhre noch teilweise intakt, können vier von fünf Betroffenen mit disziplinierter vorübergehender Antireflux-Diät und einigen wenigen, langfristigen Ernährungsanpassungen sowie mit regelmäßiger Bewegung sehr gute Erfolge erzielen. Denn damit lässt sich übermäßiger Reflux eindämmen, wodurch auch weniger Magensäure bis in die Atemwege gelangen kann. Ich rate allerdings zum äußerst kontrollierten Umgang mit Magensäureblockern, da diese bei Langzeit-Einnahme bestehende Lungenerkrankungen verschlimmern können. Wichtig ist außerdem die regelmäßige Verlaufskontrolle beim Lungenfacharzt und beim Refluxspezialisten.

UNIV. DOZ. DR. MARTIN RIEGLER

FA für Allgemeine Chirurgie und Viszeralchirurgie; refluxmedical.com



...liche Frage an die Experten auf **gesund24.at**