

DAS THEMA: Abendsprechstunde

INFO

Beratung und Kontakt



Das St. Vincenz-Krankenhaus Datteln.

–FOTO: KALTHOFF

◆ Die Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie / Proktologie des Dattelner St. Vincenz-Krankenhauses wird geleitet von Chefarzt Dr. Jürgen Mais.
Sekretariat: Ulrike Kalmarz, ☎ 023 63 / 108-2021, Fax: 023 63 / 108-2019, E-Mail: sekretariat-chirurgie@a)vincenz-datteln.de

◆ Sprechstunden
Allgemeine Sprechstunde: Mo. 8 – 11 Uhr, Mi. und Do. 8 – 13 Uhr
Herniensprechstunde: Montag 11 – 13 Uhr
Proktologische Sprechstunde: do. 9 – 11 Uhr
Privatsprechstunde: Montag und Donnerstag 14 – 16 Uhr und nach telefonischer Rücksprache.
Anmeldung für die Sprechstunden: ☎ 023 63 / 108-2025 oder 023 63 / 108-2021

◆ Die Klinik für Urologie des St. Vincenz-Krankenhauses wird geleitet von Chefarzt Prof. Dr. Dirk Heimbach.
Sekretariat: Petra Selle, ☎ 023 63 / 108-21 21, Fax: 023 63 / 108-21 22, E-Mail: p.selle@vincenz-datteln.de

◆ Sprechstunden
Prostatakarzinomzentrum Ostvest: mittwochs 14 – 16 Uhr (telefonische Vereinbarung ☎ 023 63 / 108-21 21)
Kontinenzzentrum: Termine ☎ 023 63 / 108-21 23 (mit Überweisung)
Oberarztsprechstunde: Terminvereinbarung ☎ 023 63 / 108-21 23
Privatsprechstunde: telefonische Vereinbarung ☎ 023 63 / 108-21 21
Notfälle werden jederzeit behandelt ☎ 023 63 / 108-0

◆ Das St. Vincenz-Krankenhaus Datteln ist Teil der Vestische Caritas-Kliniken GmbH, zu der auch die Vestische Kinder- und Jugendklinik Datteln, das St.-Laurentius-Stift Waltrop und die Kinderheilstätte Nordkirchen gehören.
Kontakt: Rottstraße 11, 45711 Datteln, ☎ 023 63 / 108-0, Fax 023 63 / 108-2095, E-Mail: info@vincenz-datteln.de
© www.vincenz-datteln.de

BEI UNS IM NETZ

Sprechstunde verpasst?

Haben Sie eine Abendsprechstunde verpasst? Oder interessiert Sie ein medizinisches Thema erst jetzt, das in der Vergangenheit Thema einer Abendsprechstunde des MEDIENHAUSES BAUER war? Oder sind Sie auf der Suche nach den richtigen Kontakten und medizinischen Abteilungen zu Ihrem speziellen Gesundheitsthema? Kein Problem: Auf unseren Internetseiten finden Sie die Berichterstattung über alle Abendsprechstunden!

© www.gesund-im-vest.de



Aufmerksam verfolgten die Gäste unserer Abendsprechstunde, was die Experten zum Thema Nieren- und Harnsteine zu sagen hatten.

„Es gibt auch gute Nachrichten“

Interview mit Prof. Dr. Dirk Heimbach über schonende Therapieverfahren bei Harnsteinen

VON INA FISCHER

DATTELN. In den letzten Jahren hat die Häufigkeit der Harnsteinerkrankung in den westlich geprägten Industrienationen deutlich zugenommen. Heute ist fast jeder 20. Bundesbürger einmal oder mehrfach im Leben betroffen. Dass Steinleiden eine echte Volkskrankheit sind, belegte auch der Zuspruch der Abendsprechstunde des Medienhauses Bauer am Montag im St. Vincenz-Krankenhaus. Prof. Dr. Dirk Heimbach, Chefarzt der Urologie, stand den Interessenten Rede und Antwort, wie Nieren- bzw. Harnsteine entstehen und behandelt werden können.

? Harnsteine, Nierensteine, Gallensteine - wo genau liegt der Unterschied?

! Harnsteine können im gesamten Harntrakt vorkommen. So spricht man je nach Lokalisation des Steinleidens von Nierensteinen, Harnleitersteinen oder Blasensteinen. Nieren- und Harnleitersteine treten in der Regel durch schlechte Ernährungsgewohnheiten auf, kön-

nen aber auch Veranlagung oder Stoffwechselstörungen als Auslöser haben. Vor allem in den sogenannten westlichen Industrieländern steigt die Anzahl der Harnsteinleiden. Experten vermuten einen Grund dafür im zunehmenden Übergewicht der Bevölkerung.

? Wie bemerken Betroffene Nierensteine?

! Oft verursachen Nierensteine keine typischen Beschwerden. Selbst große Steine bleiben von den Patienten häufig unbemerkt. Die Symptome sind sehr unspezifisch, zum Beispiel ein leichtes Ziehen in der Flanke. Wandert aber ein Stein in den deutlich schmaleren Harnleiter, kann das zum Harnstau und zu schmerzhaften Nierenkoliken führen. Der behandelnde Urologe kann nach der akuten Schmerzbehandlung per Ultraschall- und Röntgenuntersuchungen die Größe und Lokalisation des Steins feststellen.

? Und wie äußern sich Harnleitersteine?

! Bei Harnleitersteinen kommt es oft zu den typischen Koliken. Je nach Lokalisation des Steins treten die plötzlich einsetzenden, starken intervallartigen Schmerzen in der Flanke, in



Prof. Dr. Dirk Heimbach, Chefarzt der Urologie.

der Leiste, im Unterbauch oder im Bereich des Hodens sowie der Schamlippen auf. Das geht oft mit einem deutlichen Harndrang einher, wobei sich der Urin durch Blutbeimengungen rot färben kann. Liegt gleichzeitig eine Harnwegsinfektion vor, kann es zu Brennen beim Wasserlassen, manchmal auch zu Fieber kommen.

? Wie lassen sich Harnsteine feststellen?

! Zunächst erfragt der Urologe die Familienkrankheitsgeschichte. Häufig finden sich bei dem Betroffenen selbst oder bei seinen Verwandten früher

durchgemachte Harnsteinerkrankungen. Ernährungsgewohnheiten und Lebensumstände können Hinweise auf ein mögliches Harnsteinleiden geben. Anschließend erfolgt die körperliche Untersuchung.

Im Urin lassen sich oft rote Blutkörperchen nachweisen. Und bei der Blutuntersuchung werden Harnsäure-, Kalzium- und Kreatininwerte bestimmt. Eine wichtige Untersuchungsmethode zur Beurteilung der Steinlokalisation ist die Ultraschalluntersuchung. Die Standarduntersuchung ist heute ein CT ohne Kontrastmittel mit niedriger Strahlendosis. Der Steinstatus lässt sich dabei oft genauer ermitteln.

? Welche Behandlungsmethoden gibt es?

! Die gute Nachricht: Viele Harnsteine bis 0,5cm Größe verlassen den Körper auf natürliche Weise. Die Austreibung kann durch krampf- und schmerzlösende Medikamente beschleunigt werden. Eine akute Kolik dagegen erfordert immer eine sofortige ärztliche Behandlung. Je nach Befund wird nach der Schmerztherapie mit Schmerzmitteln individuell über die weitere Steintherapie beraten. So sind die

Zusammensetzung der Steine, ihre Größe und Beschaffenheit sowie ihre Lage ausschlaggebend für die nachfolgende bestmögliche Behandlung.

? Und wann ist eine OP nötig?

! Die Perkutane Nephrolitholapaxie wird oft bei größeren Nierensteinen durchgeführt, weil durch die Operation eine schnelle und auch vollständige Sanierung größerer Nierensteine möglich ist. Von der Körperoberfläche wird mit Hilfe einer Punktionsnadel ein dünner Kanal bis zur Niere angelegt. Anschließend wird ein optisches Instrument eingeführt. Der Urologe kann die Harnsteine in der Niere zerkleinern und entfernen.

Nachteilig ist eine im Vergleich zu den anderen Therapieverfahren erhöhte Blutungsneigung und das Risiko einer Verletzung von Nachbarorganen. Harnleitersteine können mit dieser Methode nicht behandelt werden. Steine im Harnleiter und kleinere Steine in der Niere werden operativ durch eine Harnleiterspigelung durch die natürliche Harnröhrenöffnung entfernt.

→ Siehe Info

Viele Müsli ab ins Süßwaren-Regal

Petra Bertram: Wirklich gesund essen

DATTELN. „80 Prozent aller Müsli in den Ladenregalen gehören ab ins Süßwaren-Regal“. Petra Bertram, Ernährungsberaterin am St. Vincenz-Krankenhaus räumt gleich zu Beginn ihres Vortrags mit der Mär über vermeintlich gesunde Lebensmittel auf.

Weil aber eine gesunde Ernährung auch der Bildung von Harn- und Gallenblasen vorbeugen hilft, setzt Petra Bertram auf die Ernährungspyramide. Ein leicht nachvollziehbare Orientierungshilfe für alle Menschen, die sich gesund ernähren wollen.

Die Basis der Pyramide bilden die Getränke. An zweiter und dritter Stelle folgen die pflanzlichen Lebensmittel, also Obst und Gemüse und Obst sowie Getreide und Getreideprodukte. Auf der vierten Ebene finden sich tierische Lebensmittel wie Milch und Milchprodukte sowie Fleisch und Wurst, Fisch und Eier. Hier empfiehlt die Ernährungsberaterin, Maß zu halten.

Empfohlen wird von ihr auch der sparsame Umgang



Ernährungsberaterin Petra Bertram

mit Ölen und Fetten umgehen. Süßigkeiten, Snacks und Alkohol bilden in der Ernährungspyramide den Abschluss. Petra Bertram: „Diese dürfen Sie sich gönnen, aber nicht allzu oft“.

Doch wie viel ist „reichlich“, „mäßig“ und „sparsam“? Die Ernährungsberaterin empfiehlt, pro Tag sechs Portionen Getränke und maximal eine Portion Alkohol zu konsumieren. Also: eine Portion Extras (Süßes, fette Snacks, Alkohol) aber fünf Portionen Gemüse, Salat und Obst und sechs Portionen Getränke - inklusive einer Portion Obst- und Gemüsesaft.

Bei Gallenkoliken immer einen Arzt aufsuchen

Dr. Jürgen Mais: Große Steine birgen eine Krebsgefahr

DATTELN. 80 Prozent aller Gallensteine bleiben unentdeckt, weil keine Symptome auftreten. Aber das ist eben keine Entwarnung für alle, sagt Dr. Jürgen Mais, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie / Proktologie am St. Vincenz-Krankenhaus Datteln.

? Gibt es dennoch Warnzeichen?

! Ja, gibt es. Kommt es zu Schmerzen im Oberbauch, die vielleicht auch in den Rücken oder die rechte Schulter ausstrahlen, ist Handeln angesagt: Denn Patienten mit einem von solchen Krankheitszeichen begleiteten Gallensteinleiden - von Medizinern auch symptomatische Cholelithiasis genannt - haben ein erhöhtes Risiko, aufgrund ihrer Gallenröhren Komplikationen zu entwickeln.

? Wenn Menschen über Gallenkoliken reden, dann klingt das übel. Weil diese sehr schmerzhaft sind?

! Ja, das ist so. Eine richtige Gallenkolik ist mehr als nur unangenehm. Der



Chefchirurg in Datteln: Dr. Jürgen Mais.

Schmerz setzt dabei oft aus heiterem Himmel ein und steigert sich dann noch. Er kann in die rechte Schulter oder in den Rücken ausstrahlen. Meist ist dann ein Stein von der Gallenblase in den Gallengang gerutscht und verstopft diesen. Im Bemühen, das Hindernis weiterzuschieben, zieht sich die Gallengangsmuskulatur krampfartig zusammen - es kommt zur schmerzhaften und in Wellen verlaufenden Gallenkolik.

? Was kann man im akuten Fall tun?

! Gegen die Schmerzen einer Gallenkolik muss so-

INFO

Diese Therapien stehen dem Arzt zur Verfügung

(ifi) Durch Medikamente und Flüssigkeitszufuhr können Harnsteine häufig spontan ausgeschieden werden. Körperliche Bewegung scheint dies zu unterstützen. Funktioniert das nicht, gibt es folgende Therapien:

◆ Chemolitholyse: Das Auflösen der Harnsteine durch Medikamente wird in der Regel nur bei Harnsäuresteinen eingesetzt.

◆ ESWL (Extrakorporale Stoßwellen-Lithotripsie): Die Harnsteine werden von außen durch fokussierte Energiewellen zertrümmert. Der Eingriff kann manchmal auch ambulant erfolgen. In der Regel ist keine Narkose notwendig. Wenn ein Nierenstein allerdings größer ist, können die entstehenden Steintrümmer den Harnleiter verstopfen und zu Koliken führen.

◆ Anlage einer Harnleiterschleife: Dabei handelt es sich um einen dünnen Kunststoffschlauch, der bei einer Blasenpiegelung über die Harnleiterspigelung in die Nieren vorgeschoben wird und damit die durch den Stein hervorgerufenen Engstelle überbrückt.

AUF EIN WORT

Verstehen Sie ihren Arzt?



VON BERND OVERWIEN

Jeder vierte Patient in Deutschland versteht seinen Arzt nicht. Das haben Patientenschutzermittler festgestellt. Ein Patient klagt über Nackenschmerzen. Diagnose: HWS-Syndrom. Mit einer Physiotherapieverordnung verlässt er die Praxis. Beim Herausgehen hört er den Arzt sagen, wenn sich der Zustand nicht bessere, müsse man über ein CT nachdenken.

HWS ist die Abkürzung für Halswirbelsäule, CT steht für Computertomografie. EKG, EEG - viele Kürzel werden oft als bekannt vorausgesetzt. Diagnosen erfolgen auf Lateinisch, Laborbefunde müssten eigentlich übersetzt werden. Von Appendizitis und Apoplexie statt Blinddarmentzündung und Schlaganfall gar nicht zu reden. Oder wenn der Begriff „Postoperativ“ fällt. „Nach der Operation“ ginge ja auch.

Sind unsere Ärzte nicht sensibel genug für eine patientenverständliche Sprache? Nein. Viele Ärzte arbeiten am Limit, stehen unter Zeitdruck. Aber wenn Patienten sich trauen zu sagen, dass sie es nicht verstehen, werden viele Ärzte ganz sicher klarer reagieren.

In den Abendsprechstunden unseres Medienhauses hat es in den zurückliegenden sieben Jahren eine sehr erfreuliche Entwicklung gegeben. Gerade die Spezialisten in den Kliniken, die sich den ganzen Tag in ihrer Fachsprache bewegen, haben verinnerlicht, ihre Themen patientengerecht aufzuarbeiten und in eine verständliche Sprache zu übersetzen. Das war am Montagabend in Datteln so und wird in den noch folgenden 20 Abendsprechstunden in 2016 nicht anders sein. Das erfordert persönliches Engagement und kostet Zeit. Auch an freien Wochenenden.

Dafür herzlichen Dank!