

# PATIENTENMAGAZIN

AUS DEM FACHARZTZENTRUM REGENSBURG

KOSTENLOS  
FÜR SIE ZUM  
MITNEHMEN

## BLUT

Was jeder über Blutspenden wissen sollte

## Kopf

Mit der Kernspintomographie Alzheimer auf der Spur

## FITNESS

Perfekt betreut das Wohlbefinden verbessern

## KNIE

Nicht immer muss es eine OP sein



# PERFEKT BETREUT GESÜNDER LEBEN

Um die Gesundheit zu verbessern, zu erhalten oder vorbeugend zu unterstützen, ist körperliche Aktivität notwendig. Durch unseren modernen Lebensstil ist diese leider nicht mehr im notwendigen Umfang gegeben – ganz im Gegenteil.

**Wir sitzen zu viel und bewegen uns zu wenig. Daher ist es für jeden Menschen notwendig, den entsprechenden Ausgleich zu schaffen und körperlich aktiv zu werden.**

Probieren Sie es doch einfach selbst einmal aus! Besuchen Sie das vispo in der 3. Etage im Facharztzentrum Regensburg. Vereinbaren Sie telefonisch Ihr persönliches kostenfreies Probetraining!

Im vispo-Gesundheitszentrum unterstützen wir Sie langfristig bei Ihrer persönlichen Zielsetzung. Ob Sie Rückenprobleme beheben oder diesen vorbeugen wollen, in den Gelenken schmerzfrei werden möchten, Ihren Körperfettanteil senken und Ihre Blutwerte verbessern möchten, ob Sie etwas für Ihr Herz-Kreislauf-System tun wollen, beweglicher werden möchten, Ihre Muskulatur erhalten bzw. aufbauen oder etwas für Ihre Figur tun möchten: Bei vispo erhält jeder Kunde seine individuelle, strukturierte und langfristige Trainingsplanung mit regelmäßigen Kontroll- und Einweisungsterminen.

Um die aktuelle körperliche Verfassung jederzeit feststellen und vergleichen zu können, werden die jeweils aktuellen Körper- und Leistungswerte aufgenommen und der Verlauf protokolliert. Damit sich der Kunde Schritt für Schritt in seiner Kondition verbessert und seinen Zielen näherkommt, wird für jeden Trainingsabschnitt ein persönlicher Trainingsplan erstellt, der passgenau auf die jeweilige Trainings-Zielsetzung ausgelegt ist. Damit die

Übungen korrekt ausgeführt werden und das Training seine optimale gesundheitsorientierte Wirkung entfalten kann, wird der Kunde in die neuen Übungen durch seinen Trainer genau eingewiesen. So ist ein jederzeit abwechslungsreiches und effektives Training garantiert.

Der besondere Service: Auch zwischen den Kontroll- und Einweisungsterminen ist jederzeit ein qualifizierter Trainer vor Ort, der die Übungsausführung der Trainierenden kontrolliert, Fragen beantwortet sowie Tipps und Hilfestellung gibt.

Das Wichtigste aber: vispo | Zentrum für Vitalität und Sport ist keine Kette mit tausenden von Kunden, die für die Trainer nur eine Nummer sind. vispo ist ein familiengeführtes Gesundheitszentrum mit ruhiger und persönlicher Atmosphäre. Bei vispo kennen die Trainer jeden Kunden und dessen Trainingsziele genau, so dass langfristig und zielorientiert mit den Kunden gearbeitet werden kann. Und bei vispo kann in ruhiger und entspannter Atmosphäre trainiert werden.

**vispo | Zentrum für Vitalität und Sport**  
**Telefon: (0941) 708 12 850**  
**[www.vispo-regensburg.de](http://www.vispo-regensburg.de)**



Die Gefahr, die von Zeckenstichen ausgeht, sollte nicht unterschätzt werden. Zecken können Mensch und Tier mit ernstzunehmenden Krankheiten anstecken. In Europa übertragen sie vor allem die sogenannte **Frühsommer-Meningoenzephalitis (FSME)**. FSME ist eine entzündliche Erkrankung des Gehirns, der Hirnhäute oder des Rückenmarks, die durch ein Virus ausgelöst wird. In der Regel treten etwa ein bis zwei Wochen nach dem Zeckenstich grippeähnliche Symptome auf, wie Fieber, Kopf- und Gelenkschmerzen, gelegentlich auch Magen- und Darmbeschwerden. Nach einem beschwerdefreien Intervall von etwa einer Woche kann es dann zu neurologischen Symptomen wie einer Gehirnentzündung, zu Schädigungen des Rückenmarks und zu Lähmungen kommen. Nach überstandener FSME mit Beteiligung des Zentralnervensystems können als Spätfolgen anhaltende Kopfschmerzen, Konzentrations- und Gleichgewichtsstörungen, Lähmungen und Anfallsleiden bestehen bleiben. Experten zufolge infizieren sich 90 Prozent der Erkrankten bei Freizeitaktivitäten. Wer sich viel und oft in der Natur aufhält, sollte sich deshalb unbedingt impfen lassen.



Die Nieren sind Hochleistungsorgane: Sie entgiften den Körper und passen die Salz- und Wasserausscheidung genau an den jeweiligen Bedarf an. Chronische **Nierenerkrankungen** können im Endstadium eine lebenslange Dialysepflicht oder eine Nierentransplantation erforderlich machen. Trotz Dialysetherapie ist die Sterblichkeit bei Nierenfunktionsausfall so hoch wie bei manchen Krebsarten. Weil bei Nierenschädigungen oft komplexe Wechselwirkungen zwischen den verschiedenen Zelltypen des sogenannten Tubulussystems und des Interstitiums auftreten, erforscht ein interdisziplinäres Team von Nierenforschern der Universitäten Regensburg und Erlangen die krankheitsrelevanten Wechselwirkungen zwischen den verschiedenen Zelltypen in der Niere.



Bayerns Gesundheits- und Pflegeministerin Melanie Huml hat für das Jahr 2018 eine positive Bilanz zum Ausbau der **Hospiz- und Palliativversorgung** im Freistaat gezogen: „Die Versorgung und Begleitung schwerstkranker Menschen ist gelebte Mitmenschlichkeit. Die Menschen sollen wissen, dass sie am Ende ihres Lebens nicht allein gelassen werden. Mit dem Ausbau der Angebote stellen wir in allen Regionen in Bayern eine umfassende und qualitativ hochwertige hospizliche und palliative Versorgung zur Verfügung.“ Im Jahr 2018 wurden in allen Regierungsbezirken in Bayern neue Angebote aufgebaut. So haben im stationären Bereich sieben palliativmedizinische Dienste an Krankenhäusern ihre Arbeit aufgenommen; in der ambulanten Versorgung zwei neue Teams der Spezialisierten Ambulanten Palliativversorgung. Derzeit gibt es im Freistaat an 108 Krankenhäusern eine stationäre Palliativversorgung mit insgesamt 474 Betten.

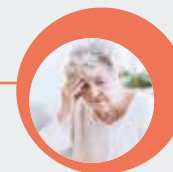


Bisher war die Idee mehr Science-Fiction denn Realität, doch die Transplantation von Schweineherzen rückt näher. Die sogenannte **Xenotransplantation** wird seit 25 Jahren erforscht. Münchner Forscher um den Herzchirurgen Bruno Reichart haben an Pavianen jetzt gezeigt, dass die Übertragung von Organen über Artgrenzen hinweg langfristig funktionieren kann. Die Paviane lebten bis zu 195 Tage mit transplantierten Schweineherzen. Für ihre Studie verwendete Reicharts Gruppe Herzen von genetisch modifizierten Schweinen. Vor dem ersten Einsatz am Menschen sind jedoch noch viele Fragen zu klären – etwa zur Gefahr von Infektionen und Krebserkrankungen. Laut Experten dürfte das Schweineherz am ehesten als Überbrückungstherapie zum Einsatz kommen, bis für den Patienten ein menschliches Organ zur Verfügung steht.

# Wussten Sie schon ...?



Jede achte Frau sowie jeder achte Mann erkrankt im Laufe des Lebens an **Brust-beziehungsweise Prostatakrebs**. Diese beiden Karzinome sind somit die am häufigsten auftretenden Krebsarten. Oft kehrt mehrere Jahre nach einer scheinbar besiehten Tumorerkrankung der Krebs in Form von Knochenmetastasen zurück. Die Folge sind Knochenbrüche, starke Schmerzen und eine Einschränkung der Lebensqualität. Die Krebszellen halten im menschlichen Körper im Knochenmark über Jahre eine Art „Winterschlaf“ und zerstören nach dem Erwachen den Knochen relativ rasch. Um bessere Strategien zur Behandlung von Knochenmetastasen zu entwickeln, erforschen Wissenschaftler aus ganz Deutschland die Schlüsselmechanismen der Knochenbesiedlung durch Tumore und die nachgeschaltete Kommunikation zwischen den Zellen. Von der Uni Regensburg ist neben dem Lehrstuhl für Experimentelle Medizin und Therapieverfahren auch der Lehrstuhl für Urologie an dem Programm beteiligt.



Für Menschen in psychischen Notlagen wird seit August 2018 ein bayernweiter Krisendienst aufgebaut. „Wir stärken die Hilfen für Menschen in akuten psychischen Notlagen. Dabei handelt es sich um ein niedrigschwelliges **psychosoziales Hilfeangebot**, das es so bislang in keinem anderen Flächenland in Deutschland gibt“, erklärt Bayerns Gesundheitsministerin Melanie Huml. Die Krisendienste werden bei den Bezirken angesiedelt. Im Endausbau werden diese Dienste dann über eine zentrale Telefonnummer und rund um die Uhr für Menschen in psychischen Krisen und deren Angehörige erreichbar sein. Für den Betrieb der Leitstellen stellt der Freistaat jährlich bis zu acht Millionen Euro bereit.



Ist die nicht-operative Therapie über längere Zeit ohne Erfolg und die Lebensqualität des Patienten substantiell eingeschränkt, kann eine operative Therapie in Erwägung gezogen werden. Wenn eine gelenkerhaltende Operation wie die Umstellungsosteotomie nicht möglich ist, sollte an den Ersatz der Gleitflächen gedacht werden. Im Fachjargon wird dann von der Implantation einer Teil- oder Totalprothese gesprochen.

Wichtig ist es zu betonen, dass den Zeitpunkt für einen endoprothetischen Eingriff immer der Patient selbst durch seinen Leidensdruck bestimmt. Wenn sich der Patient nach eingehender Beratung gemeinsam mit dem Arzt für die Implantation einer Knieprothese entschieden hat, kommt drei Punkten eine besondere Bedeutung zu: Der Spezialisierung und Erfahrung des Operateurs, der Implantat-Wahl und Optimierung der OP-Abläufe sowie der postoperativen Rehabilitation und dem Patientenwillen.

### Spezialisierung und Erfahrung des Operateurs

Die Voraussetzung für eine gute Funktion und ein langes Überleben der Endoprothese ist die hohe Spezialisierung und Erfahrung des Operateurs. Das englische Endoprothesenregister überwacht jeden Patienten mit einer in England implantierten Endoprothese. Die Auswertung der Registerdaten hat ergeben, dass Patienten mit einer Endoprothese, die von einem hochspezialisierten Operateur eingesetzt wurde, sich signifikant seltener einer erneuten Operation an dem ersetzten Gelenk unterziehen müssen.

### Implantatwahl und Optimierung der OP-Abläufe

Die Endoprothetik hat in den vergangenen 50 Jahren extreme Fortschritte gemacht. Neben der Operationstechnik haben sich auch die Materialien und das Prothesendesign rapide weiterentwickelt. Allerdings haben sich nicht alle „Innovationen“ als wirklich besser erwiesen. Der überwiegende Teil der nach 2005 entwickelten Prothesen war in den Studien nicht besser als ihre Vorgänger – einige waren sogar schlechter. Prothesen, die weniger als fünf Jahre verfügbar sind, sollten daher mit großer Vorsicht verwendet werden.

Neben der Implantatwahl kommt dem Prozess der Prothesenimplantation eine entscheidende Bedeutung zu. Der Einsatz von Tranexamsäure als Injektion in die Vene und das operierte Gelenk senkt bei Blutungen das Risiko für eine Bluttransfusion. Das konsequente Umsetzen der neuesten wissenschaftlichen Erkenntnisse macht Drainageschläuche und Katheter weitestgehend überflüssig, wodurch das Infektionsrisiko stark sinkt.

### Postoperative Rehabilitation und Patientenwille

Fünzig Prozent des Behandlungserfolges einer Knieprothesenoperation stecken in der postoperativen Rehabilitation. Um eine Vernarbung des Gelenkes, die unmittelbar nach der Operation einsetzen kann, zu vermeiden, spielt eine lückenlose physiotherapeutische Beübung des Kniegelenkes eine entscheidende Rolle. Von hoher Bedeutung ist dabei ein individuell auf den Patienten abgestimmter Behandlungsplan. Meist wird völlig ausgeblendet, dass sich die Patienten durch die Schmerzen vor der Operation über Jahre hinweg schonen mussten. Die Folge ist, dass neben dem verschlissenen Gelenk auch die Muskeln und Sehnen

stark gelitten haben. Eine schnelle Rückkehr ins Alltagsleben und zur Sportfähigkeit hängt vom Willen des Patienten ab, die über Jahre hinweg geschwächten und verkürzten Muskeln und Sehnen wieder zu trainieren.

Die Erfahrung des Operateurs, die Implantatwahl, der Ablauf und die Nachbehandlung sind die entscheidenden Säulen einer erfolgreichen Operation. Das sporthopaedicum verwendet nur Implantate, die in Langzeitstudien ein sehr gutes Prothesenüberleben zeigen, die knochenparend und weichteilschonend implantiert werden können und eine bestmögliche Funktion zulassen.

Die optimierte Schmerztherapie und die Maßnahmen zur Verminderung des Blutverlustes ermöglichen eine schnelle Mobilisation nach der OP. Der Vermeidung einer Infektion kommt dabei höchste Bedeutung zu. Das Risiko einer Vernarbung im Knie wird durch die zusammenhängende und ineinandergreifende Weiterbehandlung minimiert.



Von PD Dr. med.  
Philipp von Roth

sporthopaedicum Regensburg  
Telefon: (0941) 46 39 29 12  
[www.sporthopaedicum.de](http://www.sporthopaedicum.de)

## Knie-Endoprothese

**BESTE OP-ERGEBNISSE DURCH  
OPTIMIERTES VORGEHEN**

## Bei Kniegelenksverschleiß muss es nicht immer eine OP sein



Neben der Hüfte gehört das Knie zu den am stärksten belasteten Gelenken des menschlichen Körpers. Durch harte körperliche Arbeit oder intensiven Sport kann es zur Überbelastung des Knorpels und dadurch zum Verschleiß kommen. Was sich ohne OP gegen Kniegelenksverschleiß tun lässt, darüber haben wir mit Dr. Jürgen Eichhorn vom sporthopaedicum im Facharztzentrum Regensburg gesprochen.

### Herr Dr. Eichhorn, welchen Einfluss hat die Ernährung auf den Verschleiß der Kniegelenke?

Übergewicht und die daraus resultierende gesteigerte Belastung führen zum Untergang der Knorpelsubstanz. Ein leichtes Stolpern führt zu einer Stoßbelastung auf den Knorpel, die das etwa zehnfache des Körpergewichts beträgt. Um den Knorpel zu entlasten, muss die Lebensweise substantiell geändert werden. Eine einfache Diät reicht da aber nicht.

### Lässt sich mit Bewegung dem Knorpelverschleiß vorbeugen?

Der Knorpel des Kniegelenkes erhält seine Nährstoffe überwiegend durch die Kniegelenksflüssigkeit. Nur das stetige Umwälzen der Kniegelenksflüssigkeit ermöglicht es dem Knorpel, den Engpass bei der Versorgung mit lebensnotwendigen Nährstoffen zu überwinden. Die beste Methode hierfür ist die Bewegung des Knies mit gleichzeitiger Reduktion von Stoßbelastungen. Schwimmen und Radfahren sind optimal. Und gleichzeitig werden durch Bewegung die Muskeln gekräftigt sowie die Beuge- und Streckfähigkeit erhalten.

### Welche medikamentösen Möglichkeiten gibt es, um den Knorpel zu schützen und die Schmerzen zu lindern?

Beim Thema medikamentöse Therapie treffen Schulmedizin und alternative Heilmethoden aufeinander. Der Vorteil der konventionellen Schmerzmittel ist, dass ihre Wirksamkeit meist durch Studien belegt werden konnte und das Spektrum der Nebenwirkungen bekannt ist. Treten die Beschwerden nur in spezifischen Situationen, wie beispielsweise einer langen Wanderung auf, kann die Einnahme von Schmerzmitteln die Symptome lindern. Von der regelmäßigen Einnahme rate ich aufgrund der mitunter gravierenden Nebenwirkungen jedoch dringend ab. Bei den sogenannten Chondroprotektiva (Knorpelschutzstoffe) handelt es sich um Medikamente, denen nachgesagt wird, den Knorpel zu schützen und den Verschleiß zu verlangsamen. Der Wirksamkeitsnachweis von Heilkräutern wie Teufelskrallen-Präparate wurde in Studien kaum untersucht. Eine positive Wirkung dieser Medikamente ist durchaus möglich. Allerdings muss man wissen, dass der Einfluss der Heilkräuter auf Medikamente wie Blutdruckmittel durch den Mangel an klinischen Studien weitestgehend unbekannt ist.

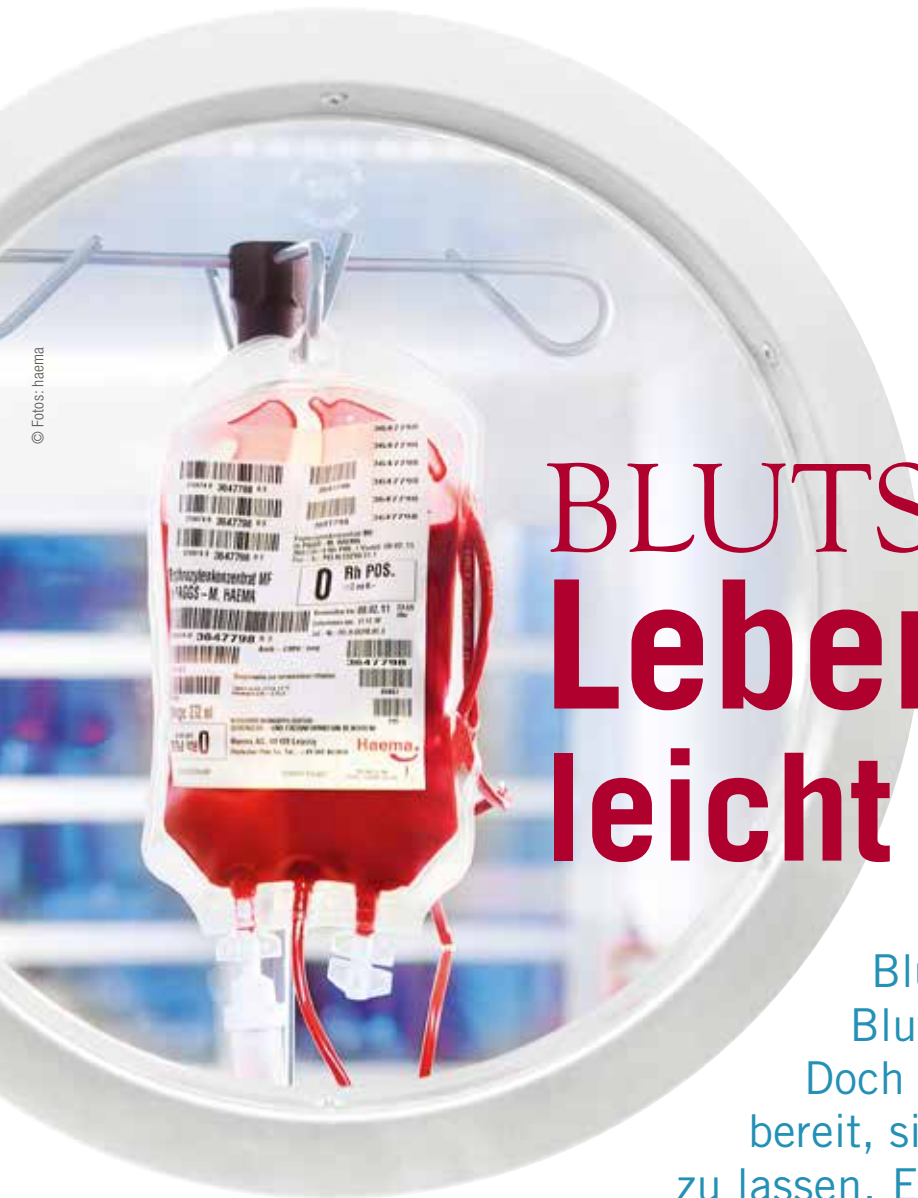
### Und welche alternativen Heilmethoden gibt es?

Die alternativen Heilmethoden umfassen unter anderem die Akupunktur, die Triggerpunktbehandlung und die Fußzonenreflexmassage. In den letzten Jahren konnte deren positive Beeinflussung von arthrosebedingten Beschwerden in wissenschaftlichen Studien gezeigt werden. Insbesondere für die Akupunktur wurde ein Wirksamkeitsnachweis erbracht.

### Was ist eigentlich unter „semiinvasiven Methoden“ zu verstehen?

Mit dem Begriff „semiinvasiven Methoden“ sind vor allem Injektionen von Medikamenten direkt an den Ort des Geschehens gemeint. Für die Anwendung von Hyaluronsäure gibt es viele Studien. Während der Nachweis einer Regeneration der Knorpelschicht wissenschaftlich nie bewiesen werden konnte, zeigen die Studien, dass die Patienten eine Schmerzreduktion von etwa drei bis sechs Monaten erwarten können. In neueren Studien scheint die Kombination von Hyaluronsäure mit sogenanntem plättchenreichem Plasma Vorteile gegenüber der alleinigen Anwendung von Hyaluron zu haben.





© Fotos: haema

# BLUTSPENDEN: Leben retten leicht gemacht

Blut ist ein ganz besonderer Saft. Blutspenden können Leben retten. Doch immer weniger Menschen sind bereit, sich für den guten Zweck piksen zu lassen. Ein Grund sind unter anderem weit verbreitete Irrtümer und Bedenken.

Damit räumt Dr. Sabine Arnold, Leitende Ärztin im Haema Blutspendezentrum Regensburg, auf.

Sie erklärt, was jeder über Blutspenden wissen sollte, und warum es sich lohnt, zur Blutspende zu gehen.



## Blut spenden kann man nur beim Roten Kreuz?

Nein. Zwar ist das Rote Kreuz historisch gewachsen die größte Organisation, die Blutspenden sammelt, aber die Versorgung der Krankenhäuser mit Blutprodukten wird in Deutschland von drei Gruppen geleistet: das sind die Blutspendeeinrichtungen des Roten Kreuzes, die staatlichen und kommunalen Blutspendedienste sowie unabhängige Blutspendeeinrichtungen, von denen der Haema Blutspendedienst der größte ist. Alle Einrichtungen unterliegen dem Transfusionsgesetz, das allen Blutspendediensten gleichermaßen die Aufgabe erteilt, für eine sichere Gewinnung und ausreichende Versorgung von Blut

und Blutbestandteilen zu sorgen. Wer Blut spenden möchte, hat also viele Möglichkeiten und die freie Wahl.

## Blut spenden ist Ehrensache, das macht man gratis?

Grundsätzlich ist jede Spende in Deutschland freiwillig und unentgeltlich. Sie soll als Ehrenamt an der Gemeinschaft gesehen werden. Schließlich kann es jeden treffen, einmal auf eine Blutspende angewiesen zu sein. Damit dem freiwilligen Spender jedoch kein Nachteil entsteht, besagt das Transfusionsgesetz in § 10, dass „der spendenden Person eine Aufwandsentschädigung gewährt werden kann, die sich

an dem unmittelbaren Aufwand je nach Spendart orientieren soll.“ So bekommen Spender bei vielen Blutspendediensten, wie unter anderem im Haema Blutspendezentrum Regensburg, etwa 20 Euro für ihre Mühe. Anders das BRK: Als Anerkennung und Dank für die Blutspende setzt es allein auf das gute Gefühl zu helfen. Hier gibt's für die Spender lediglich einen Imbiss.

### Wenn ich eine seltene Blutgruppe habe, ist mein Blut besonders wertvoll und gefragt?

Nicht unbedingt. Seltene Blutgruppen werden auch entsprechend seltener benötigt, da es entsprechend wenige Menschen und damit auch Kranke und Verletzte dieser Blutgruppe gibt. Allerdings kann es immer wieder passieren, dass ein Patient mit einer seltenen Blutgruppe Notfallmäßig operiert werden muss und kein Blut mit dieser Blutgruppe verfügbar ist. Dann werden Spender seltener Blutgruppen kontaktiert und gefragt, ob sie für diesen Notfall spenden wollen. Die meisten Menschen haben die Blutgruppen A positiv oder O positiv. Besonders gefragt sind Spender mit der Blutgruppe Null, da ihr Blut für alle Blutgruppen universell eingesetzt werden kann.

### Mein Blut rettet im Krankenhaus nebenan ein Leben?

Dass Blutspenden Leben rettet, ist unbestritten. Doch werden in der modernen Transfusionsmedizin jedem Patienten nur die Blutbestandteile gegeben, die er in seiner jeweiligen Situation auch wirklich braucht. „Viel hilft viel“ gilt hier nicht. Deshalb werden

heutzutage alle Blutspenden aufbereitet und in die einzelnen Bestandteile zerlegt, bevor diese an die medizinischen Einrichtungen bundesweit weitergegeben werden können. So entstehen aus einer ca. 500 ml-Vollblutspende beispielsweise bis zu drei Präparate: Erythrozyten, Thrombozyten und Blutplasma. Diese Blutprodukte sind in Deutschland Arzneimittel und unterliegen bei der Herstellung den entsprechend strengen Arzneimittelgesetzen und -richtlinien. In modernen Blutspendezentren, wie dem Haema Blutspendezentrum Regensburg, können Bestandteile des Blutes auch einzeln gespendet werden. So wird beispielsweise bei der Plasmaspende bereits während der Spende nur das Plasma aus dem Blut gefiltert. Die nicht benötigten Blutbestandteile bekommt der Spender zurück. Vorteil: Die Spende ist für den Spender verträglicher und die Regenerierung verläuft schneller.

### Wenn ich selbst Blutspender bin, bekomme ich im Notfall mein eigenes Blut?

In Deutschland sind wir in der komfortablen Situation, dass kein Mensch sterben muss, weil im Notfall kein geeignetes Blutpräparat zur Verfügung steht. Doch eine eigene Spende bekommen nur die Patienten, die vor langfristig geplanten Operationen eine sogenannte „Eigenblutspende“ durchführen. Bei allen anderen und insbesondere in Notfällen funktioniert das nicht. Blutspenden sind nur begrenzt haltbar: Konzentrate mit roten Blutkörperchen können bei 2 bis 6 Grad Celsius bis zu 42 Tage lang gelagert, Thrombozyten-Konzentrate hingegen bei 20 bis 24 Grad Celsius lediglich vier Tage aufbewahrt wer-

den. Einzig Blutplasma ist länger haltbar: Die gelbliche Blutflüssigkeit wird zunächst bei -60 Grad Celsius schockgefroren und dann bei unter -30 Grad Celsius gelagert. So kann es noch bis zu drei Jahre später verwendet werden.

### Wenn ich Blut spende, schadet das meiner Gesundheit?

Um gesundheitliche Risiken für Spender und Empfänger zu vermeiden, erfolgen bei jeder Blutspende eine Reihe von Untersuchungen. Selbstverständlich wird für die Blutentnahme stets steriles Einwegmaterial verwendet, so dass eine Infektion für den Spender grundsätzlich ausgeschlossen ist. Die Herstellung von Blutkonserven und Blutprodukten unterliegt außerdem einer Reihe von strengen Gesetzen. In regelmäßigen Abständen werden die gesamten Prozesse und Kontrollmechanismen bei den Blutspendediensten von den zuständigen Landesbehörden sowie der obersten Bundesbehörde, dem Paul-Ehrlich-Institut, unabhängig geprüft. Die Sicherheit für den Spender und den Empfänger hat dabei oberste Priorität. Wer vor der Spende reichlich, aber fettarm isst und trinkt, ist bestens vorbereitet. Nach der Spende schadet auch etwas Ruhe nicht. Sportliche Höchstleistungen und körperlich anstrengende Arbeiten sollten auf den Tag danach verschoben werden. Wissenschaftliche Studien belegen außerdem, dass Blutspenden sogar von Vorteil für die eigene Gesundheit sein kann: Wer regelmäßig etwas von seinem Lebenssaft abgibt, kann hierdurch seinen Blutdruck senken und hat ein wesentlich geringeres Risiko, selbst einen Herzinfarkt oder Schlaganfall zu erleiden. Die mit der Spende verbundenen obligatorischen medizinischen Untersuchungen und Bluttests sind ebenfalls nicht zu verachtende und zudem kostenfreie Leistungen im Sinne einer gesundheitlichen Vorsorge.

**Haema Blutspendezentrum Regensburg**  
**Telefon: (0941) 28 08 97 0**  
**[www.haema.de](http://www.haema.de)**





## Die Kernspintomographie ermöglicht eine frühzeitige Alzheimer-Diagnose

„Immer wieder wird im Nachgespräch einer Kernspintomographie des Kopfes die Frage gestellt, ob Hinweise auf eine Alzheimer-Erkrankung vorliegen, auch wenn dies nicht der ursprüngliche Grund der Untersuchung war“, erzählt Dr. Christian Lang aus dem Alltag der MVZ Dr. Neumaier & Kollegen. Dieses Verhalten der Patienten zeigt, dass die Sorge um diese Erkrankung groß ist.

Alzheimer ist eine Ausprägung der Demenz. Grundsätzlich werden drei Formen der Demenz unterschieden: vaskuläre (also gefäßbedingte), neurodegenerative und Mischformen dieser beiden. Bei der vaskulären Demenz bestehen als Ursache kardiovaskuläre Risikofaktoren wie Bluthochdruck, hoher Homocysteinspiegel, Nierenschädigung, Übergewicht und Zuckerkrankheit. Bei Alzheimer, der häufigsten Form der Demenz, handelt es sich um eine neurodegenerative Form der Demenz. Weil dabei zu viele Hirnzellen absterben, bricht das vernetzte neuronale System zusammen. In gesunden Verbindungen der Zellen werden die Signale über Botenstoffe weitergeleitet. Bei kranken Zellverbindungen „rauscht“ die

Übertragung so stark, dass das Signal nicht weitergeleitet werden kann. Lernen ist dann nicht mehr möglich, auch das Abrufen von Gedächtnisinhalten ist gestört. Vor allem ältere Frauen sind Alzheimergefährdet, das Risiko erhöht sich jedoch auch für die Männer mit zunehmendem Alter. Zudem konnte eine genetische Disposition nachgewiesen werden.

### Genauere Ursache noch unbekannt

„Die Ursache der Alzheimer-Erkrankung ist noch nicht gelöst, es gibt unterschiedliche Theorien“, erklärt Dr. Lang. Möglicherweise sind krankhafte Ablagerungen von Plaques (sogenanntes Beta-Amyloid) zwischen den Hirnzellen die Ursache, eventuell falsch geformte, sogenannte tau-Proteine, weshalb die Weiterleitung von Zelle zu Zelle nicht mehr funktioniert. Bei diesen Veränderungen könnte es sich jedoch auch lediglich um Epiphänomene und nicht die wirkliche Ursache der Krankheit handeln.

In einem leichteren Stadium einer Demenz lässt zunächst die Erinnerung nach, es kommt zu Orientie-

rungs- und Sprachstörungen. Zudem ist es schwieriger, sich zu konzentrieren. Im fortgeschrittenen Stadium lässt zudem die Fähigkeit nach, die Dinge des normalen Alltagslebens zu bewältigen. Die Patienten sind teilweise orientierungslos, haben Ängste und neigen zu Depressionen. Bei der schweren Form bestehen zunehmend Verhaltensstörungen. Die Patienten benötigen dann volle Pflege, sind unruhig oder apathisch.

### Frühzeitige Diagnose

Dank moderner Geräte und spezifischer Diagnostikmöglichkeiten können Radiologen immer genauere Bilder des menschlichen Körpers und seiner Organe erstellen. So auch vom Kopf. Die Kernspintomographie kann deshalb ein Baustein der Demenz-Diagnostik sein. Mit der Kernspintomographie ergibt sich die Möglichkeit, den Abbau von Hirnsubstanz nachzuweisen sowie auch therapierbare Ursachen einer Demenz darzustellen. „Bei einer Alzheimer-Erkrankung lässt sich erkennen, dass Hirnrinde v.a. des Schläfen- und Scheitellappens dünner wird, die Ventrikel, also die mit Flüssigkeit gefüllten Hohlräume im Gehirn, sind hingegen vergrößert. Davon betroffen sind vor allem Areale zur Generierung von Gedächtnis, Lernen und Sprache“, erklärt Dr. Lang.

Bei der Diagnose von Alzheimer spielt jedoch auch die Erhebung der Krankengeschichte – beispielsweise die Differenzierung von einer depressiven Erkrankung – eine sehr wichtige Rolle. Weitere Möglichkeiten der Diagnostik sind Blutuntersuchungen, psychometrische Testverfahren, die Positronenemissionstomographie PET, eine Hirnwasseruntersuchung und der DAT-Scan, eine nuklearmedizinische Untersuchung, um die Funktionsfähigkeit bestimmter Nervenverbindungen im Gehirn zu überprüfen und bildlich darzustellen.

### Medizinische Versorgungszentren

**Dr. Neumaier & Kollegen**

**Telefon: (0941) 595 88 0**

**[www.radiologie-regensburg.de](http://www.radiologie-regensburg.de)**



Besuchen Sie uns im Internet unter  
**[www.facharztzentrum-regensburg.de](http://www.facharztzentrum-regensburg.de)**

### IMPRESSUM

Patientenmagazin aus dem

Facharztzentrum Regensburg, Winter 2019

**Herausgeber:** Hamborner REIT AG, Duisburg,

[www.hamborner.de](http://www.hamborner.de)

**Konzept und Umsetzung:** ALL ABOUT Real Estate,

Alexandra Goldfuss, [www.all-about-advertising.de](http://www.all-about-advertising.de)

**Redakteure und Autoren:** Dr. Stephanie Geiger,

Alexandra Goldfuss

Titelbild © Tyler Olson – stock.adobe.com

Facharztzentrum Regensburg

Hildegard-von-Bingen-Str. 1 (Ecke Landshuter Straße)

93053 Regensburg

**[www.facharztzentrum-regensburg.de](http://www.facharztzentrum-regensburg.de)**

Parkplätze finden Sie gleich gegenüber im

Parkhaus an der Hildegard-von-Bingen-Straße.

Buslinien: 2/7/9/31

Haltestelle „Caritas-Krankenhaus St. Josef“

