

**STIEFS SPRECHSTUNDE**

**Leser fragen –  
Experten antworten**

PROF. CHRISTIAN STIEF



Liebe Leserinnen und Leser,

als Chefarzt im Münchner Klinikum Großhadern erlebe ich täglich, wie wichtig medizinische Aufklärung ist. Doch im hektischen Alltag von Klinik und Praxis bleiben manchmal Fragen offen. Und: Geht es um ein „Tabuthema“, trauen sich Patienten häufig gar nicht erst nachzufragen. Meine Kollegen und ich wollen Ihnen daher Antworten geben. Haben Sie auch eine Frage zu einem medizinischen Thema? Dann schicken Sie uns diese zu! Bitte fassen Sie Ihr Anliegen kurz zusammen und geben möglichst Ihr Alter an. Schicken Sie uns keine Krankenakten. Die Antworten werden auf dieser Seite anonymisiert veröffentlicht – aber nicht persönlich zugeschickt.

**Haben Sie Fragen? Schreiben Sie an uns!**

Per Mail: gesundheit@merkur.de  
Per Post: Münchner Merkur, Redaktion Gesundheit,  
Paul-Heyse-Straße 2-4, 80336 München

**Leser (80):** Ich habe stark geschwollene Beine und war schon im Krankenhaus, es ist jedoch nicht besser geworden. Die Ärzte vermuteten Wassereinlagerungen trotz Wassertabletten. Wissen Sie vielleicht, was man tun kann? Ich wäre um jede Hilfe dankbar.

**Hilfe bei Wasser in den Beinen**

Offenbar liegen bei Ihnen Ödeme vor. Zunächst sollte die Ursache der Ödeme untersucht werden: Beispielsweise sind Herzschwäche, Nierenschäden oder Venenerkrankungen häufige Auslöser. Dann kann die richtige Therapie gefunden werden, die auch Wassertabletten beinhalten kann. Eine Herzschwäche müsste aber zusätzlich mit anderen Medikamenten behandelt werden, eventuell muss auch die Ernährung und die Trinkmenge angepasst werden. Bei Venenerkrankungen kann häufig auch ein Kompressionsstrumpf helfen, weniger Tabletten einnehmen zu müssen. Am besten besprechen Sie den Befund aus dem Krankenhaus mit Ihrem Hausarzt, damit neben den Wassertabletten die richtige unterstützende Behandlung gefunden wird.



**Prof. Robert Ritzel**  
Klinik für Endokrinologie, Diabetologie  
und Angiologie, München Klinik Schwabing  
und Bogenhausen

**DIE ZAHL DER WOCHE**

**170 000**

Colitis ulcerosa ist neben Morbus Crohn die häufigste chronisch-entzündliche Darmerkrankung. Etwa 170 000 Menschen in Deutschland sind von Colitis ulcerosa betroffen.

**Leser (83):** Bei mir wurde im April vergangenen Jahres nach Brustschmerzen ein Herzinfarkt festgestellt. Er wurde erfolgreich behandelt mit Gefäßaufdehnung an den Herzarterien und fünf Stents. Neben anderen Medikamenten muss ich jetzt insbesondere täglich ASS 100 und Clopidogrel einnehmen. Es ist jedoch so, dass ich im Kopf im Haarbereich einen 1,5 mal 1,5 Zentimeter großen kuppelförmigen Tumor habe, der laut Ärztin wegoperiert werden müsste. Nun aber darf das nach den mir ausgehändigten Packungsbeilagen wegen der dabei entstehenden Blutungen und Beeinträchtigungen meines Herzens nicht erfolgen. Ich bitte um Auskunft, ob es andere Möglichkeiten wie etwa die Laserchirurgie gibt, mit denen man den immer größer werdenden Tumor beseitigen kann. Oder gibt es eventuell einen Spezialisten, der die Operation durchführen kann?

**Geht eine Tumor-OP trotz Blutverdünnern?**

Das ist ein Dilemma. Auf der einen Seite ist die Einnahme von einer doppelten Blutverdünnung dringend empfohlen, um den Verschluss von Herzkranzgefäßen zu verhindern. Auf der anderen Seite liegt ein sehr großer Hirntumor vor, der unter gewissen Konstellationen lebensbedrohlich sein kann. Der gesunde Menschenverstand sagt einem, dass gutartige, langsam wachsende Hirntumore im höheren Lebensalter, liegen keine neurologischen Ausfallerscheinungen vor, zunächst beobachtet werden können. Der Hirntumor kann allerdings so groß werden, dass im Schädelinneren für das umliegende Gehirn der Platz zu gering wird. Dann bleibt nur noch die Operation. Bei Einnahme einer Blutverdünnung ist während der Hirnoperation aber das Risiko einer unstillbaren Blutung nicht gering. Ist die Hirnoperation aber planbar, dann sollte so lange gewartet werden, bis einer Reduktion der doppelten Blutverdünnung auf eine einfache möglich ist. Dies ist aber eine sehr individuelle Empfehlung, die sicher im Konsens vieler Ärzte besser gegeben werden kann, als diese nur auf einer Schulter der Hausärztin/des Hausarztes zu belassen. Ich empfehle die Beratung in einem zertifizierten Neuroonkologischen Zentrum, in dem alle Spezialisten für die Behandlung von Hirntumoren kooperieren und alle Behandlungsmöglichkeiten wie Operation, Bestrahlung oder Chemotherapie durchgeführt werden.



**Prof. Jens Lehmburg**  
Chefarzt der Klinik für Neurochirurgie in  
der München Klinik Bogenhausen

Nach einer jahrelangen Leidensgeschichte hat ein junger Münchner neue Lebensqualität gewonnen. Der Schlüssel zum Erfolg war die Therapie in einem Darm-Zentrum.

VON ANDREAS BEEZ

**München** – Ein paar Tage Bauchschmerzen, öfter mal aufs Klo müssen – das hat jeder schon mal erlebt. Kein großes Ding. Aber wenn der Darm auf Dauer Probleme macht, dann wird der Alltag zu einer echten Herausforderung. So wie für Moritz Schönherr. Der 36-jährige Florist aus München leidet schon seit seiner Kindheit an Morbus Crohn, einer chronisch entzündlichen Darmerkrankung. Sein Martyrium begann bereits 1999 mit Blut im Stuhl, Schmerzen, Durchfall. Es folgten Aufenthalte in mehreren Münchner Krankenhäusern, am Ende ohne durchschlagenden Erfolg. Stattdessen sammelten sich bis ins Erwachsenenalter jede Menge frustrierende Erlebnisse an. „Ich hatte nicht mal mehr Lust, mich mit Freunden zu verabreden, konnte gar nichts mehr unternehmen. Wenn ich irgendwo hingegangen bin, war mein erster Gedanke: Wo ist hier die nächste Toilette?“

Das Tückische an Schönherr's Erkrankung: Bei Morbus Crohn handelt es sich um eine Autoimmunerkrankung, die bis heute nicht heilbar ist, sondern immer chronisch und of-



**Spezialist für Darm-Operationen:**  
PD Dr. Maximilian Sohn.  
ISARKLINIKUM

mals in Schüben verläuft. „Sie kann den gesamten Verdauungstrakt vom Mund bis zum After betreffen. Oft entstehen Geschwüre, Darmverengungen oder Verbindungsgänge zu anderen Organen, die in der Fachsprache Fisteln genannt werden“, erklärt Professor Franz Bader, Direktor der Chirurgie im Münchner Isarklinikum. Das Haus an der Sonnenstraße hat sich unter anderem auf die Behandlung chronisch-entzündlicher Darmerkrankungen (CED) spezialisiert und verfügt über ein entsprechendes Zentrum. Darin arbeiten Mediziner verschiedener Fachrichtungen Hand in Hand – darunter Gastroenterologen,

**Schmackhafte Tipps für Allergiker  
und Menschen mit Unverträglichkeit**

Die Kochbuchautorin Shabnam Rebo setzt auf heilende Küche

**München** – Die Münchnerin Shabnam Rebo weiß, was es heißt, nicht alles essen zu können. Vor Jahren wurde bei der deutsch-persischen Kochbuchautorin (in den Sozialen Netzwerken @thehungrywarrior) eine chronische Autoimmunerkrankheit (Colitis ulcerosa) festgestellt. Dann hat sie ihre Ernährung umgestellt. Im März erscheint ihr zweites Kochbuch „Healing Kitchen Quick and Easy“ im DK-Verlag. Das Interview zum Buch.

**Wie sollten sich Nahrungsmittelallergiker ernähren?**  
Grundsätzlich sollte der Speiseplan so bunt wie möglich sein. Je mehr wir unser Immunsystem auch durch die Ernährung fit machen, desto besser kann es mit Gegnern im eigenen Körper umgehen.

**Wenn ich wenig Zeit habe?**  
In meinem neuen Buch geht es genau um schnelle und einfache Alternativen, wie ich Superfoods einsetzen kann, um das Immunsystem zu stärken.

**Welche Superfoods meinen Sie konkret?**



**Komplexer Fall:** Prof. Franz G. Bader erklärt Moritz Schönherr (rechts) die erfreulichen Therapieergebnisse. OLIVER BODMER



**Mutmacher für viele Leidensgenossen:** Moritz Schönherr (rechts) erzählt im Merkur-Interview mit Andreas Beez, wie er wieder auf die Beine kam. BODMER

Radiologen und Chirurgen sowie Ernährungsspezialisten. Diese Expertenrunde bespricht jeden einzelnen Fall in einem sogenannten CED-Board, das einmal wöchentlich zusammenkommt. Es funktioniert nach dem Prinzip von Tumorboards, die sich bei der Behandlung von Krebserkrankungen bewährt haben. Die Idee dahinter: gemeinsam den besten Therapieplan festzulegen.

Auch im Fall von Moritz Schönherr bündelten die Mediziner ihr Know-how auf dem neuesten Stand der Wissenschaft. So nimmt der 36-Jährige inzwischen moderne Antikörper-Medikamente, die die Entzündungen zurückdrängen sollen. „Sie stehen seit einigen Jahren zur Verfügung, sind effektiver und besser verträglich als die frühere Therapie, die vor allem auf Kortison beruhte und stärkere Nebenwirkungen verursachte“, berichtet das CED-Team um die Gastroenterologen Professor Thomas Ochsenkühn und Privatdozent Dr. Holger Seidl. Ihr Patient bekommt alle sechs bis acht Wo-

**Der Chirurg kann mithilfe der  
Roboterarme auf engstem Raum so operieren,  
als würde er seine eigenen Hände benutzen.**

Professor Franz G. Bader, Chef der Chirurgie im Isarklinikum

CED-Chirurgie im Isarklinikum.

Bei Moritz Schönherr standen die Operateure vor einer besonderen Herausforderung. Denn das Einsatzgebiet des Skalpells lag im Bereich des



**Erfahrener Chefchirurg und Experte für minimalinvasive Eingriffe im Bauchraum:** Prof. Franz G. Bader im Operationssaal des Isarklinikums. MARKUS GÖTZFRIED

Enddarms und des Schließmuskels – im sogenannten kleinen Becken. „Wir müssen dort auf engstem Raum und besonders vorsichtig operieren“, erklärt Chefchirurg Bader, der zu Münchens erfahrensten Spezialisten für minimalinvasive Eingriffe im Bauchraum zählt. Um bei ihrem Patienten Schönherr so schonend wie möglich ein etwa 20 Zentimeter langes Stück Darm zu entfernen, setzte Operateur Sohn einen Hightech-Helfer namens Da Vinci ein.

Dieser OP-Roboter, der bereits seit Jahrzehnten erfolg-

reich bei heiklen urologischen Operationen wie bei Prostatakrebs hilft, gewinnt auch in der Bauchchirurgie immer mehr an Bedeutung. Durch kleinste Schnitte werden Arbeitsarme eingeführt, die sich mit Joy-

sticks von außen millimetergenau steuern lassen. „Vom Prinzip her kann man sich das als Laie so vorstellen, als würde der Arzt auf Miniaturformat geschrumpft. Er kann mithilfe der Roboterarme auf engstem Raum so operieren, als würde er seine eigenen Hände benutzen“, erklärt Bader. „Dadurch können wir noch exakter arbeiten. Der Patient verliert auch weniger Blut und erholt sich schneller von dem Eingriff.“



**Shabnam Rebos Küche aktiviert die Selbstheilungskräfte.** OLIVER BODMER

gilt übertragen für das ganze Thema. Kühe, die gestresst sind, werden keine gute Milch liefern. Dazu kommt, dass die Produkte heute nicht mehr so rein sind wie früher. Auch damit muss der Körper klarkommen. Ich habe beispielsweise die Erfahrung gemacht, dass viele Menschen Sauerteigbrot vertragen, das ganz ursprünglich produziert wird, auch von denen, die sensibel auf Gluten reagieren.



**Healing Kitchen Quick & Easy**  
INTERVIEW: DORIT CASPARY  
DK-VERLAG

**Klingt nicht ganz leicht verdaulich...**  
Der Körper muss sich oft erst an eine Umstellung gewöhnen. Da muss man sich langsam ran-tasten und nicht gleich aufgeben, wenn der Darm beispielsweise mit Blähungen reagiert.

**Was sollte man noch beim Kochen beachten?**  
Es gibt das Sprichwort „kochen nicht, wenn du sauer bist“. Das