

Früher Kopf und Kragen, heute Herz

Zum zweiten Mal traf man sich Anfang November im Parkhotel St. Leonhard in Überlingen. Wolfgang Stockhausen, Kardiologe und Chefarzt der Inneren Abteilung der Birkle-Klinik Überlingen, hatte gemeinsam mit dem Medizinischen Universitätsklinikum Freiburg und dem Herzzentrum Bad Krozingen zum alljährlichen Seminar für Herztransplantierte, deren Angehörige, Ärzte und Therapeuten eingeladen. Für letztere war es eine anerkannte Fortbildungsveranstaltung.



Bild: Hans-Peter Walter

Stockhausen eröffnete den Kongress mit einem Exkurs in die menschliche Frühgeschichte, der zu den Risikofaktoren der modernen Zivilisationsgesellschaft überleitete: „Früher ging ´s um Kopf und Kragen, heute geht ´s ums Herz.“ Will heißen: Früher war man auf der Jagd nach Essbarem Gefahren ausgesetzt, die tödlich enden konnten. Ein Herzinfarkt gehörte in aller Regel nicht dazu. Heute sei alles permanent im Übermaß vorhanden, ohne, dass man sich dafür in irgendeiner Weise körperlich betätigen muss. Eine oft tödliche Gefahr für das Herz. Tendenz steigend. Ernährung und Bewegung, so führte Stockhausen weiter aus, bildeten eine lebenswichtige Einheit, deren Bedeutung jeder erkennen müsse.



Lothar Riebsamen, CDU-Bundestagsabgeordneter aus Herdwangen und Mitglied des Ausschusses für Gesundheit des Deutschen Bundestages, erinnerte an die Nierenspende von Frank-Walter Steinmeier, dem Fraktionsvorsitzenden der SPD, an seine Frau. Die habe auch zu neuen Diskussionen über das bestehende Transplantationsgesetz geführt. Auch über eine Regelung, die aus anderen Ländern bekannt sei. Demnach ist jeder automatisch Organspender, es sei denn, sie oder er widerspricht. Auch bezüglich der Verpflichtung der Krankenhäuser, mögliche Transplantationen zu melden, gäbe es Gesprächsbedarf. So seien eine verbesserte

Infrastruktur, aber auch mehr Mittel nötig. Ein Hintergrund für ein zögerliches Verhalten von Kliniken könne sein, dass der Aufwand nicht ausreichend entlohnt wird. Die dafür personell und räumlich notwendigen Ressourcen könnten in dieser Zeit ökonomisch ertragreicher eingesetzt werden.

Sieglinde Kofler, Ärztin am Klinikum der Universität München, referierte über Risikofaktoren vor und nach einer Herztransplantation. Rauchen und Übergewicht seien tabu, Patienten würden dahingehend auch untersucht und gegebenenfalls nicht transplantiert. Das gebiete die Achtung vor dem geschenkten Organ. Die ständige Verbesserung der medikamentösen Behandlung, insbesondere im Rahmen der Immunsuppression, gehe einher mit einer deutlich gestiegenen Lebenserwartung von Transplantierten. Generika würde in München nicht eingesetzt. Stockhausen bestärkte sie in diesem Punkt. Es könne nicht sein, dass an Patienten das erforscht werde, was die Hersteller von Nachahmerpräparaten nicht leisten müssen. Auch gäbe es keinen ökonomischen Vorteil, so Kofler. Ein Preisvorteil sei durch wenige Untersuchungen bereits aufgebraucht. Die seien aufgrund der Erfahrungen bei Einsatz von Originalpräparaten weniger oft nötig.

Die Ernährungswissenschaftlerin und Autorin Ulrike Gonder, die Ende Oktober auch im Rahmen der ARD-Themenwoche `Ernährung´ zu sehen war, räumte mit einigen Mythen gehörig auf. So heißt ihr neues Buch: `MEHR FETT!´. Anschaulich und humorvoll erläuterte sie, wie es zu einem jahrzehntelangen, aber falschen Dogma bezüglich der Gefahren von Fett kommen konnte. Die frühen Studien, die aus wissenschaftlicher Sicht gar keine waren, aber zu diesem Urteil führten, erinnerten sie an die Störchen-Statistik. So habe man in Norddeutschland herausgefunden, dass es dort sowohl weniger Störche als auch weniger Geburten gibt. Niemand würde jetzt

aber auf die Idee kommen, dass dies in irgendeiner Weise zusammenhängt. Doch im Rahmen von Untersuchungen zur Sterblichkeitsrate und Fettverzehr habe man aus einer Korrelation einen Zusammenhang von Ursache und Wirkung konstruiert. Auch habe man gemogelt, weil Ergebnisse, die nicht passten, weggelassen worden waren. Nicht zuletzt habe auch der Einfluss von Wirtschaftsinteressen Wirkung gezeigt. Etliche Empfehlungen in Sachen Ernährung sollten nach Gonders Ansicht dringend überarbeitet werden. Eine zeitgemäße Diät sein neuesten Studien zufolge fettreich, eiweißbetont und beinhalte wasserreiche Lebensmittel wie Obst, Salat und Gemüse. Kohlenhydrate könnten nur dann unbedenklich zu sich genommen werden, wenn ein entsprechendes Bewegungsprogramm für deren Verbrennung Sorge.

Auf die besonderen Aus- und Wechselwirkungen von einzelnen Nahrungsmitteln im Zusammenhang mit der medikamentösen Immunsuppression nach Herztransplantationen wies Anna Lena Stroh, Ärztin der Medizinischen Universitätsklinik Freiburg, Abteilung Kardiologie und Angiologie hin. Grapefruit dürfe nicht verzehrt werden, stünde Johanniskraut auf dem Speiseplan, müsse eine medizinische Kontrolle erfolgen. Die Kardiologin an der medizinischen Universitätsklinik Freiburg erläuterte, dass beide sich direkt auf die Immunsuppression auswirkten. Manche Medikamente müssten vor, andere nach dem Essen eingenommen werden. Auch unter Alkohol und Kaffee würde die Wirkung von bestimmten Medikamenten variieren. Auch vor der Einnahme von naturheilkundlichen Präparaten müsste der behandelnde Arzt konsultiert werden. Bestimmte Lebensmittel müssten vor dem Verzehr gegart oder pasteurisiert werden, Rohmilchkäse sei tabu. Einzelne Lebensmittel könnten die Blut verdünnende Wirkung von Medikamenten verringern, andere vergrößern. Es wurde deutlich, wie groß der Einfluss der Ernährung für Herztransplantierte sein kann. Unter Anleitung des Chefkochs der Birkle-Klinik Überlingen, Hanno Ciper, wurde das theoretisch Erlernte sowohl in die Praxis umgesetzt, als auch anschließend verkostet. Apropos Verkostung: Die Unterbringung und Verpflegung im Parkhotel St. Leonhard war nach Meinung aller hervorragend. Da war ein ausgiebiges Bewegungsprogramm schon allein deswegen medizinisch indiziert.

Die anwesenden Experten betonten, dass dies ein unverzichtbarer Teil der Therapie sei. Sport und Bewegung trage, speziell im Zusammenspiel mit Gesunden, maßgeblich dazu bei, dass Transplantierte den Weg zurück zur Normalität finden. In diesem Seminar könne man sie nicht mehr von Gesunden unterscheiden. Bewegung nahm in Überlingen einen großen Raum ein. Am Freitag fand in jeweils verschiedenen Gruppen Ausdauertraining, Gymnastik, Schwimmen und ein Training an Kraftmaschinen statt. Der Samstag begann mit einer ausgiebigen Nordic-Walking-Runde, nach dem Kongressprogramm ging es mit Hallensport weiter. Und bevor man sich am Sonntagmittag voneinander verabschieden musste, hatte man erneut ein ausgiebiges Trainingsprogramm hinter sich.

Bleibt zu hoffen, dass auch die Sponsoren Überlingen die Treue halten und die Fortführung dieser Veranstaltung, bei der sich mittlerweile alle irgendwie ans Herz gewachsen sind, auch in Zukunft ermöglichen.

Ralf Meutgens
Freier Journalist und Autor

16. November 2010