

**Sie fragen, wir antworten**

Wir alle wünschen uns, gesund zu bleiben, und wir möchten Krankheiten vorbeugen. Wenn Sie unter Beschwerden leiden und nicht wissen, an wen oder wohin Sie sich wenden sollen, wenn Sie Fragen an Ärzte oder andere Experten haben, wenn Sie Rat suchen, mehr über ein bestimmtes Thema wissen möchten oder einen bewährten Gesundheitstipp an unsere Leser weitergeben wollen, dann schreiben Sie uns, oder rufen Sie einfach an. Über Ihre Zuschrift freut sich:  
HNA Lokalredaktion Kassel, Tel. 0561/203 1414, E-Mail: doc@hna.de Fax: 0561/203 2400



**Video: So werden Krampfadern operativ entfernt**

Krampfadern können schmerzhaft sein und sehen nicht schön aus, wenn sie an der Oberfläche beispielsweise von Beinen liegen. Wie eine Krampfader im Stripping-Verfahren entfernt wird, zeigen wir in unserem neuen Gesundheitsvideo unter [www.hna.de/gesundheitsvideo](http://www.hna.de/gesundheitsvideo). Dort finden Sie das Video in der rechten Spalte. (abg) Archivfoto: dp  
Alle HNA-Gesundheitsvideos finden Sie in unserem Youtube-Kanal unter <http://zu.hna.de/youtubegesund>

**Stichwort**

**Silikon-Implantate**

Bei der Brustvergrößerung wird ein Brustimplantat entweder unter den Drüsenkörper oder unter den Brustmuskel eingesetzt. Hochwertige moderne Implantate besitzen in der Regel einen Drei-Hüllen-Schutz und ein hoch vernetztes Silikon-Gel, um ein Auslaufen zu verhindern. Beispielsweise am Rot-Kreuz-Krankenhaus, wo jährlich rund 180 Brustimplantate nach Krebserkrankungen oder als ästhetischer Eingriff eingesetzt werden, verwendet man Implantate, die auch eine amerikanische FDA (Food and Drug Administration)-Zulassung haben.

Bei den möglicherweise gesundheitsgefährdenden Brustimplantaten der Firmen PIP und Rofil wurde illegal minderwertiges Industrie-Silikon verwendet. Das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte empfiehlt, dass die betroffenen Implantate als Vorsichtsmaßnahme entfernt werden sollten. Mögliche Gesundheitsrisiken könnten durch vermehrt ausgetretenes Silikon auch dann entstehen, wenn keine Rissbildung in der Hülle des Silikonkissens vorliegt.

**Silikonom**

Wenn sich die Brust verändert, Entzündungszeichen auftreten und Lymphknoten in den Achseln anschwellen, könnte ein defektes Brustimplantat dahinterstecken und ein sogenanntes Silikonom verursachen. Es besteht der Verdacht, dass sich aufgrund der permanenten Entzündung durch ausgetretenes Silikon daraus als Spätfolge eine Krebserkrankung ergeben könnte. (hei)

**Gesundheit in Kürze**

**Achtung, Husten**

Um Erkrankungen der Bronchien, um Asthma und chronische Bronchitis geht es am heutigen Dienstag ab 18.30 Uhr bei einem Patientenseminar im Marienkrankenhaus Kassel, Marburger Straße 85. Der Chefarzt der Lungenfachabteilung, Privatdozent Dr. Andreas Bastian, wird dabei über Ursachen sowie Untersuchungs- und Behandlungsmöglichkeiten dieser häufigen Erkrankungen informieren.

**Abschied vom Leben**

Auf Einladung des Forums Palliativmedizin und Hospizarbeit Kassel spricht Pfarrer Volker Dreyes am Mittwoch, 18. Januar, zum Thema „Abschied vom Leben - Beratung von Angehörigen Sterbender“. Beginn ist um 15.30 Uhr im Hörsaal des Roten Kreuz-Krankenhauses, Hansteinstraße 29.

**Silikonkissen: Frauen verängstigt**

Skandal um gesundheitsgefährdende Implantate - In Kassel wurden diese offenbar nicht eingesetzt

VON MARTINA HEISE-THONICKE

**KASSEL.** Viele Frauen, die sich nach einer Krebsoperation oder aus ästhetischen Gründen Brustimplantate einsetzen ließen, sind verunsichert und ängstlich. Allein in Hessen wurden in der vergangenen Woche bislang rund 70 Fälle gemeldet, in denen Frauen möglicherweise gesundheitsgefährdende Silikonkissen erhalten. In Kassel, so ergab unsere Recherche bei allen infrage kommenden Chirurgen, wurden offenbar keine verdächtigen Brustimplantate der Hersteller PIP und Rofil verwendet.



Ernst-Magnus Noah

Täglich jedoch erhält Prof. Dr. Ernst-Magnus Noah, Chefarzt der Klinik für plastische, ästhetische und rekonstruktive Chirurgie am Kasseler Rot-Kreuz-Krankenhaus, Anfragen besorgter Patientinnen. Nach den beunruhigenden Pressemeldungen in den vergangenen Tagen kann er die Aufregung verstehen. So empfiehlt das Bundesinstitut für Arzneimittel und Medizinprodukte seit dem 6. Januar die vorsorgliche Entfernung aller Brustimplantate der Firmen PIP (Poly Implant Prothese) aus Frankreich und Rofil aus den Niederlanden.

Der Plastische Chirurg rät besorgten Frauen in solchen Fällen, zunächst im Implantat-Pass die Chargen- und Produktionsinfos nachzulesen. „Normalerweise sollte jede Patientin, die ein Implantat erhalten hat, einen Implantatausweis bei ihren medizinischen Unterlagen haben“, sagt Noah. Es komme jedoch auch vor, dass Patientinnen keinen Implantatausweis erhalten haben. Dann sollte man im Zweifelsfall mit dem Operateur oder dem Krankenhaus Kontakt aufnehmen und den Operationsbericht oder eine schriftliche Erklärung anfordern.

Auch das, so weiß Noah, könnte für manche Patientin schwierig sein, denn nicht selten reisen Frauen ins Ausland, zum Beispiel nach Tschechien, um sich die Brust vergrößern zu lassen.

Frauen, die ein PIP- oder Rofil-Implantat tragen oder den Hersteller ihres Implantats nicht kennen, sollten sich an ein Brustzentrum, einen Plastischen Chirurgen oder zunächst an ihren Frauenarzt wenden, empfiehlt Noah, der unter anderem im Vorstand der Vereinigung der Deutschen Ästhetischen Chirurgen aktiv ist. „Alle beteiligten Fachgesellschaften ziehen in dieser Frage an einem Strang“, erläutert der Mediziner.

So werde Frauen mit verdächtigen Implantaten empfohlen, sich zunächst gründlich untersuchen zu lassen.



Gerissen: Eine Krankenschwester hält in Frankreich ein defektes Silikon-Brustimplantat des Herstellers Poly Implant Prothese (PIP), das einer Patientin von einem plastischen Chirurgen entfernt werden musste.

Foto: dpa

Mithilfe einer Mammografie und Ultraschall, vielleicht auch einer Kernspintomografie (MRT) könne man beurteilen, ob ein Implantat eventuell schon Risse hat. In einem solchen Fall müsse dieses schleunigst entfernt werden, ansonsten sollten potenziell

gesundheitsgefährdende Implantate möglichst bald raus. **HINTERGRUND STICHWORT**

Ein Video zu diesem Thema gibt es auf [www.hna.de/video](http://www.hna.de/video)

**HINTERGRUND**

**Die Operation und die Kosten**

Falls mangelhafte Brustimplantate der Firmen PIP und Rofil entfernt werden müssen, werden die Kosten für die dafür nötige Operation zunächst von den Krankenkassen übernommen, sagte jetzt das Bundesgesundheitsministerium. Eventuell könnten die Patientinnen laut Sozialgesetzbuch später an den Kosten (bis zu mehrere Tausend Euro) bis zu 50 Prozent herangezogen werden. Die Krankenkassen werden vermutlich per Einzelantrag jeweils über die Kostenübernahme entscheiden. Die AOK Rheinland/Hamburg kündigte bereits an, die Operation für ihre Versicherten zu bezahlen, falls Implantate auf ärztlichen Rat entfernt werden müssen.

In der Regel wird bei der Entfernung eines Brustimplantats durch einen geübten Chirurgen das Implantat samt der Körperkapsel aus Bindegewebe, die sich darum gebildet hat, entfernt, erläutert Prof. Ernst-Magnus Noah. Im Normalfall ist gleich nach diesem Eingriff das Einsetzen eines neuen Brustimplantats möglich.

**Obst ist auch am Abend gesund**

Manch einem bekommen Früchte zu später Stunde allerdings nicht - Ernährungsmedizinerin gibt Tipps

VON CHRISTOPH STEINBACH

**Zu welcher Tageszeit ist man denn am besten Obst? Ich habe gehört, abends sollte besser darauf verzichtet werden, denn das könnte der Leber schaden. Stimmt das?“, fragt Stephanie B. aus Hofgeismar.**

**HNA-SERVICE**

**Leser fragen Ärzte antworten**

„Nein“, sagt Dr. Roya Janani-Sostmann, Ernährungsmedizinerin in Kassel, und gibt Tipps für eine gesunde Ernährung.

**! Ist der Verzehr von Obst zu bestimmten Tageszeiten ungesund?**

**! Grundsätzlich ist es völlig egal, ob Obst morgens, mittags oder abends verzehrt wird - Äpfel, Birnen oder Bananen sind zu jeder Tageszeit gesund. Lediglich Menschen mit Sodbrennen sollten abends auf Zitrusfrüchte verzichten, weil das saure Aufstoßen beim Einschlafen sehr unangenehm sein kann.**

Bei manchen Menschen wirkt Vitamin C außerdem wie ein Aufputzmittel - auch diese Menschen sollten abends auf Obst verzichten, um ruhig schlafen zu können. Generell gilt aber, dass Obst und auch Gemüse aufgrund der darin enthaltenen Vitamine, Mineralstoffe und sekundären Pflanzenstoffe wichtig für einen gesunden Körper sind und vor allem Herz- und Kreislaufkrankheiten sowie Bluthochdruck vorbeugen.

**? Wie viel Obst und Gemüse sollte täglich verzehrt werden?**

**! Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) rät, Obst und Gemüse bei fünf Mahlzeiten am Tag zu verzehren. Dabei sind mindestens 400 Gramm Gemüse und 250 Gramm Obst täglich eine gesunde Menge. Generell gilt aber: Je mehr Obst und Gemüse, desto**

besser. Wichtig ist dabei, abwechslungsreich und ausgewogen Obst und Gemüse zu essen. Äpfel sind dabei besonders gesund, da Boskoop, Granny Smith und Golden Delicious mehr Vitamine und sekundäre Pflanzenstoffe ent-

halten als andere Früchte.

**? Können Brausetabletten oder Vitamin-Pillen Obst ersetzen?**

**! Nein, denn die Kombination aus Vitaminen und sekundären Pflanzenstoffen ist gesund. Brausepulver oder Tabletten versorgen den Körper meistens nur einseitig mit einem dieser Stoffe. Um sich wirklich gesund zu ernähren, sind solche Mittel daher wenig geeignet. Es führt an frischem Obst vom Markt kein Weg vorbei.**

**? Was gehört außer Obst und Gemüse noch zu einer vollwertigen Ernährung?**

**! Ein Mix aus Kohlenhydraten, Fetten und Proteinen. Nudeln, Reis und Kartoffeln sind deshalb genauso wichtig wie Fisch und Fleisch. Fette**

sind aber nicht gleich Fette - während tierische Fette eher ungesund sind und sich negativ auf den Cholesterin-Spiegel auswirken, sind Pflanzenfette wichtig für den Körper. Beim Kochen sollte man deshalb lieber Rapsöl oder pflanzliche Margarine verwenden als Butter.

**Ausführliche Infos zu einer gesunden Ernährung gibt es auf der Internetseite [www.dge.de](http://www.dge.de)**

**Zur Person**

Dr. Roya Janani-Sostmann (44) ist Allgemein- und Ernährungsmedizinerin. Nach ihrem Studium in Göttingen absolvierte Janani-Sostmann ihre Facharzt-Ausbildung an Krankenhäusern in Kassel und Hofgeismar. Seit 1995 ist sie in Kassel niedergelassen. (p.ch)