

## Praxis

## Ohrenentzündung vom Schwimmen?

Haben Sie Fragen zu medizinischen Themen? Bei Praxis, dem Forum der Landesärztekammer Baden-Württemberg und dieser Zeitung, geben Ärzte und Ärztinnen Antworten.

Gehörgangsentzündungen sind im Sommer die häufigste Diagnose in Hals-Nasen-Ohren-Praxen. Das liegt an der Schwimmbadsaison – Mediziner sprechen auch von einer Schwimmbad-Otitis. Durch den Aufenthalt im Wasser weicht die Haut im äußeren Gehörgang auf, der natürliche Fettschutz wird aufgelöst. Beschleunigt wird dieser Prozess von Chlor, das in Bädern zur Desinfektion verwendet wird. Dasselbe kann auch in Badeseen oder im Meer passieren. Keime haben so ein leichtes Spiel: Müheless dringen sie in die Haut ein, vermehren sich und verursachen eine lokale Entzündung.

Etwas zwei Tage nach der Infektion mit den Keimen setzen Ohrschmerzen ein. Häufig beginnen die Beschwerden mit Juckreiz, das Ohr wird berührungsempfindlich. Die Haut im Gehörgang ist rot und geschwollen, ein trübes Sekret bedeckt die Hautoberfläche. Dem Patienten geht es oft sehr schlecht. Zwar können zunächst Schmerzmittel und Kühlung des Ohres die Beschwerden etwas lindern. Eine Untersuchung beim HNO-Arzt ist unerlässlich. Er prüft, ob nicht etwa auch das Mittelohr betroffen ist. Handelt es sich um eine Gehörgangsentzündung, wird unter anderem ein Gazestreifen mit entzündungshemmender Salbe in den Gehörgang eingelegt. Um einer Schwimmbad-Otitis vorzubeugen, ist es wichtig, keine Wattestäbchen zu nehmen – durch sie wird der Fettschutz der Haut entfernt.

▪ Zentralredaktion, Stichwort „Praxis“, Postfach 10 44 52, 70039 Stuttgart

## Mehr Tote durch ungesundes Leben

Die Weltgesundheitsorganisation (WHO) befürchtet in den nächsten zehn Jahren einen Anstieg der Todesfälle durch Krankheiten wie Krebs, Diabetes und Herzschwäche um fast 20 Prozent. Derzeit sterben jährlich 38 Millionen Menschen daran, so die WHO. Vor allem ungesunde Ernährung, Alkohol, Nikotin und Bewegungsmangel führten zu dem Anstieg der Todesrate. Zusammen mit Verletzungen verursachen die nichtübertragbaren Krankheiten rund 70 Prozent aller Todesfälle weltweit. In Entwicklungsländern könnten durch bessere medizinische Betreuung und Vorbeugung Millionen Menschen vor einem frühzeitigen Tod durch diese Krankheiten gerettet werden. (epd)

## Schlafapnoe kann Impotenz auslösen

Schlafapnoe ist möglicherweise mitverantwortlich für Impotenz. Darauf deuten Ergebnisse einer Studie hin, die Mediziner aus Regensburg und München in der Fachzeitschrift „The Journal of Sexual Medicine“ veröffentlicht haben. Zudem machen die Autoren Impotenz-Patienten Hoffnung, die außer an nächtlichen Atemaussetzern etwa an Diabetes oder Gefäßkrankungen leiden, die ebenfalls Erektionsprobleme verursachen können. Die Mediziner untersuchten 400 Patienten, bei denen sie eine Schlafapnoe vermuteten, auf Atemaussetzer und sexuelle Störungen. Dabei stellte sich heraus, dass 69 Prozent der Patienten mit Schlafapnoe Potenzprobleme hatten. (AP)

## Fette begünstigen Pankreaskarzinom

Wer viel tierische Fette isst, erhöht das Risiko für einen Tumor der Bauchspeicheldrüse. Pflanzliche Fettsäuren sind dagegen laut einer US-Studie nicht mit dieser Gefahr verbunden. Mitarbeiter des Nationalen Krebsinstituts in Bethesda verglichen bei mehr als 500 000 Menschen Ernährung und Erkrankungsrisiko über einen Zeitraum von sechs Jahren. Dabei entwickelten jene Menschen, die viele gesättigte Fettsäuren verzehrten, um 36 Prozent eher ein Pankreaskarzinom als Teilnehmer, die solche Stoffe eher mieden. Dieser Zusammenhang war bei Männern noch deutlich stärker ausgeprägt als bei Frauen, so die Forscher im „Journal of the National Cancer Institute“. (AP)

## Medizin im TV

## Das muss ich jetzt haben

Rund eine Million Deutsche leiden unter Kaufsucht. Drei Betroffene schildern, wie sie sich in den Ruin gekauft haben.

▪ **Dienstag, 21. Juli, ZDF, 22.15 Uhr**

## Medizin im Bann des Vollmonds

**40 Jahre Mondlandung:** Wenn es um ihre Gesundheit geht, vertrauen viele auf das geheimnisvolle Wirken des Erdtrabanten

Millionen Bundesbürger schreiben dem Mond geradezu magische Kräfte zu. Dass der Mondglaube von der Wissenschaft als Aberglaube entlarvt worden ist, scheint sie nicht zu irritieren.

VON MARKUS BRAUER

Der Mond ist eine faszinierende Gesteinskugel im Weltall. 3476 Kilometer beträgt sein Durchmesser, 394 403 Kilometer ist er im Mittel von der Erde entfernt, die er durchschnittlich in 29,53 Tagen umrundet. Jeden Monat durchläuft Luna (so der lateinische Name) die Phasen vom Neumond über eine zunehmende Sichel, den Halbmond, bis hin zum Vollmond und wieder zurück. Ein astronomisches Wunder, das die Menschheit seit Urzeiten fasziniert und zu einem religiösen Mysterium verklärt worden ist.

Laut einer Forsa-Umfrage glauben 92 Prozent der Deutschen, dass die Mondphasen Einfluss auf das menschliche Verhalten und die Gesundheit haben – vor allem auf den Schlaf (88 Prozent), auf Geburten (32 Prozent) und die Menstruation (30 Prozent). Immerhin achten sieben Prozent der Befragten bei der Planung von Arzt- und Operativterminen auch auf die Mondphasen.

## Mondphasen als zentrale Koordinaten für ein gesundheitsbewusstes Leben

Die Vorstellung, dass der Mond und seine Phasen ähnlich wie auf die Gezeiten von Ebbe und Flut auch Einfluss auf unser Wohlergehen haben, ist in der Komplementärmedizin weit verbreitet. Nicht nur die Art der Behandlung und die Wahl der Heilmittel sollen für die Gesundheit wichtig sein, sondern auch der richtige Zeitpunkt. „Gerade bei immer wiederkehrenden oder chronischen Krankheiten ist die Chance groß, günstige Zeitpunkte für die Behandlung auszusuchen“, heißt es auf der Homepage der Deutschen Paracelsus-Schulen. Die Mondphasen und der Mondstand im Tierkreis sind demnach zentrale Koordinaten für ein gesundheitsbewusstes Leben. Vollmond beispielsweise soll für chirurgische Eingriffe ungünstig sein. Zum Zahnarzt sollte man nur bei abnehmendem Mond gehen.

Aberglaube oder Geheimwissen? Das österreichische Autorenehepaar Johanna Paungger-Poppe und Thomas Poppe ist seit mehr als zwei Jahrzehnten als Botschafter des Luna-Glaubens unterwegs. Ihr Buch „Vom richtigen Zeitpunkt – Die Anwendung des Mondkalenders im täglichen Leben“ (1994) ist ein Millionen-Bestseller. Ihr Mondkalender, mit dem man die richtige Mondphase herausfinden kann, dient vielen zur Alltagsplanung. Mit der Mondgläubigkeit der Menschen lassen sich zweifellos gute Geschäfte machen.

Ob Bier, Tee, Wasser oder Gemüse: Nichts bleibt nach Ansicht der Mondapostel vom Einfluss des Erdtrabanten unberührt. So heißt es in der Werbung eines Herstellers von sogenanntem Mondwasser: „Die dem Wasser zugeführte mystische Mondenergie durch die Vollmondnacht ist im Mondwasser gespeichert.“ Selbst Schulmediziner wie die Berliner Orthopäden Michael Lehnert und Joachim Felderhoff setzen auf Mondkräfte. Der Titel ihres Buches: „Arthrose. Behandlung im Rhythmus des Mondes“.

Lunas magisch-mystische Wirkung ist aus der abendländischen Medizingeschichte nicht wegzudenken. Hippokrates, dem berühmtesten Arzt des Altertums, galt im fünften Jahrhundert vor Christus der Mond als Verursacher so mancher seelischer Abnormitäten. Der Arzt und Alchimist Paracelsus sah im 16. Jahrhundert einen engen Zusammenhang zwischen der Wirksamkeit von Heilkräutern und den Mondphasen. Vor allem in der Volksheilkunde spielten die Mondphasen eine wichtige Rolle: Der zunehmende Mond fördert, lässt wachsen und gedeihen – der abnehmende Mond dagegen hemmt, schädigt und lässt schwinden.

Im 16. Jahrhundert vertrauten Ärzte bei Diagnose und Therapie blindlings auf die Sterne. Ohne die richtige Konstellation der Himmelskörper bestand kaum Hoffnung auf Heilung. Die Iatromathematik – wie die antik-mittelalterliche Astromedizin ge-



Guter Zeitpunkt für Meditationen: Bei Vollmond soll der Geist angeblich besonders offen für Erleuchtungen sein

Foto: Fotolia/Sylvain Bouquet

nannt wurde – war fester Bestandteil der Heilkunde, bis Galileo Galilei und Isaac Newton das magische Weltbild durch ihre astronomischen und physikalischen Entdeckungen endgültig ins Wanken brachten. Sogar die moderne Frauenbewegung beruft sich auf uraltes matriarchalisches Heilwissen, das sich aus den Mondkräften speist. So gibt es kaum etwas, das nicht vom Mond beeinflusst sein soll: Scheint der Mond am Himmel hell, sollen Fruchtbarkeit, Aggression und Depression gedeihen.

Auch in der fernöstlichen Medizin spielt der Mond eine zentrale Rolle: In der Traditionellen Chinesischen Medizin steht er für Yin – Schatten und Dunkelheit. Die Sonne

symbolisiert Yang – Helligkeit und Licht. Yin und Yang repräsentieren entgegengesetzte und sich dabei ergänzende Prinzipien und Kräfte, deren Balance alles Sein beeinflusst. In der Ayurveda, der indischen Heilkunst, entspricht der Mond einer von drei Lebensenergien (Doshas), die sämtliche Vorgänge in Körper, Geist und Psyche steuern. Wer meditiert will, sollte dies möglichst an Vollmond tun. In Tibet gilt Vollmond als bester Tag, um mit spirituellen Meistern Kontakt aufzunehmen, da der Geist an diesem Tag besonders geöffnet ist. Im Zen ist der Mond das Symbol für Erleuchtung.

Schon seit Jahrhunderten glaubt man, dass Schlafwandler mondsüchtig sind. Vom

Vollmond magisch angezogen, setzen sie sich in Bewegung. Experten nehmen an, dass hinter dem Schlafwandeln eine Fehlsteuerung im Nervensystem steckt. Dem Schlafwandeln könnte ein gestörter Aufwachmechanismus zugrunde liegen.

Der lunare Wunderglaube ist von Wissenschaftlern längst widerlegt worden. So hat das nordamerikanische Forschertrio Ivan Kelly, James Rotton und Roger Cluver mehr als 100 Studien zu Mondphänomenen untersucht. Ihr Fazit: Es gibt keinen Zusammenhang zwischen Schlaflosigkeit und Neumond. Die Mondphasen hätten keinerlei Einfluss auf die Gesundheit des Menschen.

Auch Josef Fried vom Max-Planck-Institut für Astronomie in Heidelberg ist überzeugt: Weder die Gravitation noch das Licht des Mondes haben einen nachweisbaren Einfluss auf den Menschen. Der Mediziner Josef Smolle von der Universitätsklinik Graz ist der Frage nachgegangen, ob Operationen bei Vollmond tatsächlich mehr Komplikationen nach sich ziehen. Nachdem er rund 14 000 Krankenakten durchstöbert hatte, kam er zu dem Schluss: „Es fand sich kein Einfluss auf die Wundheilung.“ Wer den OP- und Heilungsverlauf von Mondphasen abhängig mache, begehe einen „Akt bedenkllicher Verantwortungslosigkeit“.

Trotz dieser Fakten hält sich der Mondglaube hartnäckig. Der Soziologe Edgar Wunder, Geschäftsführer der Gesellschaft für Anomalistik in Heidelberg, spricht angesichts dessen von einer „fast schon religiösen Dimension“. Mondgläubige fühlen sich als Teil einer kosmischen Ordnung, die die Wissenschaft nicht entschlüsseln kann.

Der Mondglaube durchdringt den gesamten Alltag. Wer zum Friseur geht, sollte den Mondstand besser nicht aus den Augen verlieren. Doch auch wer Heilkräuter und Ingredienzien für Bachblüten sammelt, sollte sich nach dem Mondkalender richten.

## Hintergrund

## „Ein schöner Mythos, von dem nicht viel übrig bleibt“

Spielt der Mond bei der Behandlung von Patienten eine Rolle? Wir haben Schulmediziner zu ihrer täglichen Arbeit befragt:

▪ **Professor Dr. Ulrich Karck, Frauenklinik in Bad Cannstatt:** „Es hält sich hartnäckig die Theorie, dass sich der weibliche Zyklus auf die Mondphasen einjustiert oder dass bei Vollmond mehr Kinder als sonst geboren werden. Das höre ich auch immer wieder im Kreißsaal. Aber das ist ein schöner Mythos, von dem bei einer wissenschaftlichen Überprüfung nicht viel übrig bleibt.“

▪ **Professor Dr. Dr. Klaus-Peter Thon, Chirurgische Klinik am Robert-Bosch-Krankenhaus Stuttgart:** „Im täglichen Geschehen in unserer Klinik hat der Mond keinerlei Einfluss. Zwei- bis dreimal im Jahr kommt es vor, dass Patienten – ausschließ-

lich Frauen – planbare Operationen nach den Mondphasen terminieren möchten. Wenn es möglich ist, erfüllen wir solche Wünsche.“

▪ **Professor Dr. Horst Wiethölter, Neurologische Klinik des Bürgerhospitals Stuttgart:** „In den achtziger Jahren gab es eine große Untersuchung über einen möglichen Einfluss des Mondes auf Migräne – die Studie ergab aber keinen statistisch fassbaren Zusammenhang.“

▪ **Dr. med. Gisela Dahl, Stuttgarter Allgemeinärztin:** „Bei Vollmond ändert sich oft der Luftdruck, wetterfällige Patienten haben dann Probleme und können schlecht schlafen. Ob das wissenschaftlich bewiesen ist, ist die Frage. Aber Naturkräfte wirken, und wir sind ein Teil der Natur.“ (we)

## Sonnen-Hautschäden besser therapierbar

Behandlungsmöglichkeiten mit Laser haben große Fortschritte gemacht – Schwerpunkt sollte aber auf Vorbeugung liegen

VON PETER-MICHAEL PETSCH

Wie kommt die Haut gesund durch den Sommer? Was muss man tun, damit sich nur die positiven Wirkungen des Sonnenlichts bemerkbar machen? Bei der Telefonaktion dieser Zeitung gaben Fachleute Antworten auf die Fragen unserer Leserinnen und Leser.

„Übermäßiges Schwitzen nicht nur im Sommer muss heute nicht mehr sein, es gibt wirksame Hilfe vom Hautarzt“, sagt Oberarzt Dr. Ralf Merkert aus der Hautklinik Bad Cannstatt, Klinikum Stuttgart. So können unter Umständen Botox-Injektionen gegen die Hyperhidrose genannte Erkrankung helfen, in manchen Fällen auch das Absaugen bestimmter Schweißdrüsen. Auch die Folgen der Sonnenbestrahlung wie vorzeitige Hautalterung, Falten- oder Fleckenbil-

dung muss heute niemand mehr als gegeben hinnehmen. „Hier hat sich in den vergangenen Jahren in der modernen Lasermedizin einiges getan. Mit Lasern lassen sich heute die meisten Hautprobleme beheben – vom dauerhaften Entfernen ungewünschter Körperhaare bis hin zur Behandlung von Altersflecken“, weiß Laserexperte Merkert. Doch trotz der vielfältigen medizinischen Möglichkeiten sollten immer Vorbeugung und die regelmäßige Hautkontrolle beim Fachmann an erster Stelle stehen.

„Wenn man einen schwarzen Hautkrebs im Frühstadium erkennt, liegt die Fünfjahresüberlebensrate bei über 90 Prozent. Wenn sich jedoch bereits Tochtergeschwüre, also Metastasen, entwickelt haben, liegt diese Überlebensrate bei nur acht Monaten“, sagt Hautarzt Dr. Andreas Wel-

ler. Jedes Jahr erkranken in Deutschland 135 000 Menschen an Hautkrebs, die Anstiegsrate liegt bei rund sechs Prozent. Dabei können Hautkrebsformen oder seine Vorläufer schmerzfrei mit einem speziellen Gerät, das durch die oberste Hautschicht schaut, gestellt werden. Ab dem 35. Lebensjahr wird die Untersuchung alle zwei Jahre von den gesetzlichen Krankenkassen erstattet, Privatkassen machen diese Einschränkungen nicht. „Im Frühstadium erkannter Hautkrebs ist in der Regel heilbar“, weiß Hautarzt Weller. Deshalb rät er, zumindest alle zwei Jahre zur Kontrolle zu gehen.

„Wer im Sommer länger als 30 Minuten nach draußen geht, sollte an einen wirksamen Sonnenschutz denken. Neben Sprays und Cremes spielt die Kleidung eine große Rolle“, so Dr. Peter Schröder vom Institut

für umweltmedizinische Forschung Düsseldorf. Je mehr Hautfläche dabei abgedeckt ist, umso besser. Bei der Wahl der Sonnencreme sollte beachtet werden, dass der Schutz auf mehreren Ebenen wirkt. Das heißt außer Filtern sollten Vitamine und Antioxidantien im Produkt enthalten sein. Denn nicht alle Bestandteile des Sonnenlichts wirken gleich. Deshalb ein Präparat wählen, das möglichst viele Wirkbereiche des Sonnenlichts abdeckt. Neben den aggressiven UV-B-Strahlen, die Sonnenbrand verursachen, spielen auch UV-A-Strahlen eine wichtige Rolle bei der Hautschädigung, ebenso die Infrarotstrahlung. „Deshalb ist es sinnvoll, dass Sonnenschutz auch dagegen hilft“, so Schröder. Deutschlands Sonnenschutzprodukte gehörten jedoch zu den wirksamsten Produkten weltweit.