

Die Kronenzeitung (Printausgabe) Seite G16, 23.05.2015



**TIPPS VOM
HAUSARZT**

Dr. Wolfgang Auer

**Hoher Blutdruck
hat viele Folgen**

Die häufigste, aber auch gefährlichste Veränderung im Kreislaufsystem ist der hohe Blutdruck, der erste – systolische Wert über 140, der zweite diastolische Wert über 80. Dann besteht erhöhtes Risiko für Herzinfarkt und Schlaganfall.

Die Blutdruckerhöhung tut nicht weh, aber die Folgen oder Komplikationen können das Leben gefährden und verändern. Daher aufpassen, wenn die Werte zu hoch sind. In der Regel gibt es eine Vielzahl an gut wirksamen Medikamenten ohne größere Nebenwirkungen. Die Einstellung soll unbedingt durch den Arzt erfolgen sowie auch ständig kontrolliert und angepasst werden.

Übergewicht reduzieren, Salzkonsum einschränken, regelmäßiges Ausdauertraining, Stress so weit wie möglich vermeiden – dann kann man den Blutdruck in vielen Fällen auch ohne Medikamente senken. Das wäre am sinnvollsten. Und am billigsten.

Für die Herren der Schöpfung darf ich noch ein Geheimnis verraten: Wenn der Blutdruck längere Zeit zu hoch ist, leidet die Manneskraft darunter. Es macht also in jeder Beziehung Sinn, etwas dagegen zu unternehmen, bevor es zu spät ist.



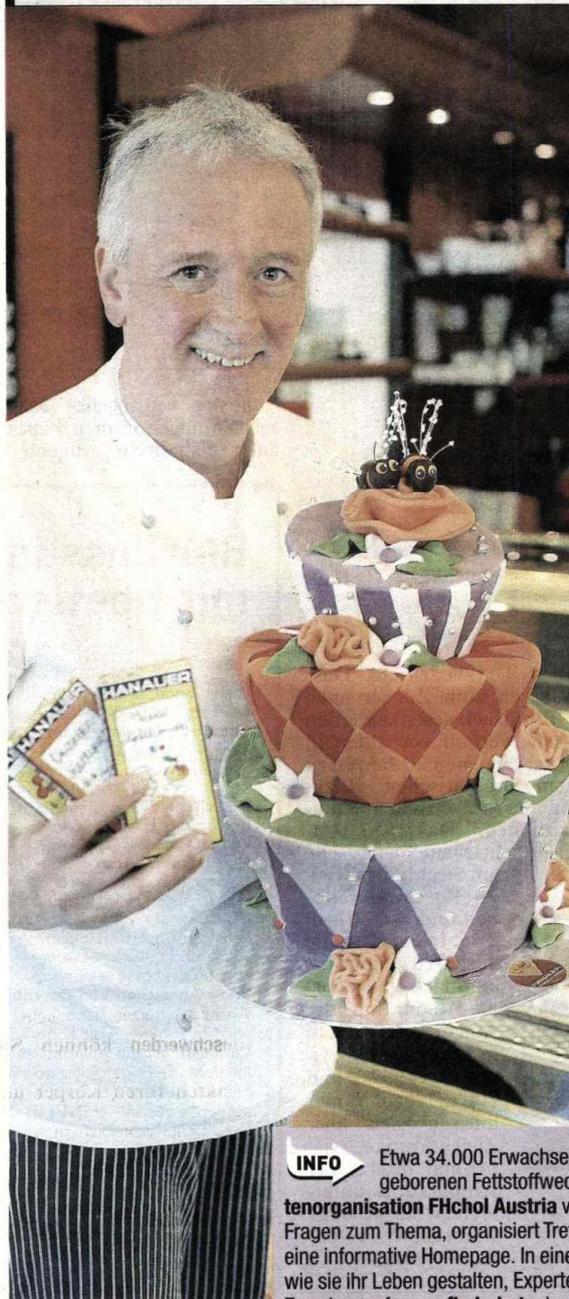
Foto: Fotolia

Dr. Wolfgang Auer ist Arzt für Allgemeinmedizin in Neumarkt/Stmk.
☎ 03584/40 555.

EIN HERZ FÜR BIO-

Mit 33 Jahren bekam ein Wiener Konditor den ersten Infarkt – und stellte sein Leben um

Von Karin Podolak



Patienten berichten

**Familiäre
Hypercholesterinämie**

Klaus Hanauer hat das Zeug, Paare glücklich zu machen. Es besteht aus Zuckerguss, Schokolade, feinsten Backzutaten und jeder Menge Liebe zum süßen Detail. Er ist Österreichs erster Bio-Hochzeitstorten-Konditor mit viel Fingerspitzengefühl und noch mehr Leidenschaft für seinen Traumberuf.

Dass der 51-jährige Wiener dies mit acht Stents im Herzen tut, geht auf das Konto von extrem hohen Cholesterinwerten, die von Jugend an seine Gefäße angegriffen, zu Arteriosklerose geführt haben. Mit 33 kam der Herzinfarkt.

„Ich habe das Risiko verdrängt, obwohl das Gesundheitsproblem auch bei Tanten, Onkeln, meiner Mutter, meinem Bruder aufgetreten ist. Das waren Fehler...!“

Was passierte damals vor 18 Jahren?

„Ich war extrem sportlich, sogar am Kilimandscharo unterwegs. Doch immer wieder traten Schmerzen in der Schulter und in der Brust auf, beim Radfahren, im Fitnessstudio, beim Autofahren. Zunächst gab es die Fehldiagnose „Muskelentzündung“, weil ich so gar nicht in das Patientenschema von Personen mit Herzbeschwerden gepasst habe. Sogar, als ich

INFO

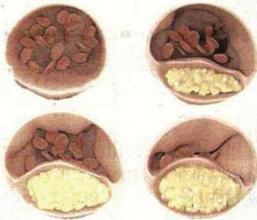
Etwa 34.000 Erwachsene und 8000 Kinder sind von der angeborenen Fettstoffwechselstörung betroffen. Die Patientenorganisation FHchol Austria versteht sich als Anlaufstelle für alle Fragen zum Thema, organisiert Treffen, Beratungsgespräche und bietet eine informative Homepage. In einem neuen Film erzählen Betroffene, wie sie ihr Leben gestalten, Experten liefern wertvolle Informationen. Zu sehen auf www.fhchol.at oder youtube (FH CHOL H264)!

Die Kronenzeitung (Printausgabe) Seite G17, 23.05.2015

23. Mai 2015

GESUND & FAMILIE

HOCHZEITSTORTEN



◀ **Erblich bedingt erhöhte Blutfette führen zu Ablagerung in den Gefäßen. Klaus Hanauer ist gerne in der Natur, seine Leidenschaft gehört dem Radfahren.** ▶



Fotos: Gerhard Barzel (2), Fotolia, Krishan Bissub

beim Apfelschälen in der Konditorei einen schlimmen Schweißausbruch bekam, den ich im Kühlhaus zu lindern versuchte, habe ich noch abgewartet. In der Nacht musste dann die Rettung kommen: Herzinfarkt. Die verengten Gefäße wurden gedehnt, mir wurden Medikamente verschrieben. Der

terinämie, kurz FH, genannt. Partikel des LDL-Cholesterins werden in der Leber nicht richtig abgebaut.

In der Folge war dann später auch Klaus Hanauers Tochter betroffen, sie hatte bereits mit zwei Jahren einen extrem hohen Cholesterinspiegel. Die Eltern reagierten sofort: Nahrungsumstellung, Medikamente, Bewegungstherapie. Heute ist die 14-Jährige völlig beschwerdefrei!

So lautet auch die Botschaft von Klaus' Frau Gabriele Hanauer-Mader, Gründerin der österreichischen Patientenorganisation FHchol Austria (Kasten unten): „FH ist zwar eine chronische Erkrankung, man kann sie aber gut behandeln und die Herzinfarktgefahr stoppen. Zur Abklärung genügt ein kleine Blutprobe!“

FH-Patienten müssen cholesterin- und fettarm essen, sollten sich viel bewegen. Meist sind aber doch Medikamentengaben nötig. Stoffwechselexperte Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm: „Das Ziel muss aber die Früherkennung sein, dafür wären gezielte Programme vonnöten.“ Derzeit sind nur etwa 20 Prozent der Patienten diagnostiziert. „Ich warne aus eigener schlechter Erfahrung vor Vogel-Strauß-Politik“, schlägt auch Klaus Hanauer in diese Kerbe und rät allen, in deren Familien gehäuft frühe Herzprobleme vorliegen, zur Abklärung. Seine eigene Gesundheit nimmt er nun viel bewusster in die Hand – und radelt gleich einmal in Richtung Liesingbach davon ...

» **FH ist eine heimtückische Erkrankung, weil man sie nicht sieht und nicht spürt.**

Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm



Cholesterinspiegel lag damals bei 600 mg/dl, LDL 490 mg/dl ...

Wird wohl von den Süßigkeiten kommen, denken sich nun vielleicht viele vorschnell. Ein Irrtum, handelt es sich doch um eine ererbte Krankheit, familiäre Hypercholes-

PFLANZENKRAFT FÜR HERZ, KREISLAUF & GEFÄSSE!

Unser Herz-Kreislauf-System sorgt dafür, dass Organe und Körpergewebe ausreichend mit Sauerstoff und Nährstoffen versorgt werden. Damit dies funktioniert, müssen Herz und Gefäße gesund erhalten werden. Sonst kann es zu schwerwiegenden Erkrankungen kommen, wie z. B. Bluthochdruck, erhöhte Blutfettwerte und Gefäßverkalkung. Letzten Endes droht die Gefahr eines Herzinfarkts oder Schlaganfalls. Beugen Sie deshalb rechtzeitig vor!

Pflanzenkraft für Ihr Herz!
Bei leichten Herz-Kreislauf-Beschwerden können Sie mit speziellen Pflanzenextrakten Ihren Körper unterstützen. So wirkt z. B. die Mistel Blutdruck regu-

lierend. Weißdorn wiederum kann die Herzmuskelkraft und die Durchblutung der Herzkranzgefäße steigern, was den Kreislauf positiv beeinflusst. Knoblauch kann dabei helfen, erhöhte Blutfettwerte zu senken und trägt so zur Arteriosklerosevorbeugung bei. Zudem verbessert Knoblauch die Fließfähigkeit des Blutes und entlastet so das Herz-Kreislaufsystem. Diese drei Pflanzen (z. B. enthalten in BIOGELAT® Knoblauch-Mistel-Weißdorn Kapseln, ein traditionell pflanzliches Arzneimittel zur Anwendung bei leichten Herz-Kreislaufbeschwerden) ergänzen sich in ihrer Wirksamkeit und können so Herz & Gefäße besonders gut unterstützen. Fragen Sie in Ihrer Apotheke!



Fotos: Fotolia

SCHAU AUF DEIN HERZ!

Leichte Herz-Kreislaufbeschwerden? Schwindelgefühl? Abgeschlagenheit? Müdigkeit?

Ihr pflanzliches Arzneimittel für Herz, Gefäße & Kreislauf!

BIOGELAT® Knoblauch-Mistel-Weißdorn Kapseln

Bei leichten Herz- und Kreislaufbeschwerden wie z.B. Schwindel, Kopfschmerzen und Müdigkeit bei Belastung. **Wirkstoffe:** Essenz aus Knoblauch, Mistelblüten/Weißdornblüten mit Weizen.

1 x täglich 1 Kapsel

Exklusiv in Ihrer Apotheke! www.biogelat.at

Kwizda Pharma

*Apotheken, Sonderstudie Apothekenmarkt Österreich 2014. Über Wirkung und mögliche unerwünschte Wirkungen informieren Gebrauchsinformationen, AZI über Apotheker. Die Anwendung dieses traditionell pflanzlichen Arzneimittels bei leichten Herz- und Kreislaufbeschwerden beruht ausschließlich auf langjähriger Anwendung.

Anzeige

Entgeltl. Einschaltung / CE 07/05/2015