

ZUR PERSON

Univ.-Doz. Dr. Markus Sagmeister

Facharztpraxis für Innere Medizin
Ausbildung: Facharztbildung in Innerer Medizin am Kantonsspital St. Gallen, am Universitätsspital Zürich und am New England Medical Center in Boston.



Schmerzen im Bauch durch Helicobacter

■ Dr. Markus Sagmeister über den Helicobacter pylori als Ursache für Bauchschmerzen.

In den Ländern der Dritten Welt sind 85 Prozent der Bevölkerung befallen.

Krankheitsbilder

Die Infektion mit dem H. pylori bietet ein breites Spektrum von Krankheitsbildern:

- **Magenentzündung:** Eine frische Infektion führt zu ca. zwei Wochen anhaltenden Bauchschmerzen mit Übelkeit und Erbrechen. Die Keimbesiedelung der Magenschleimhaut bleibt lebenslang bestehen und führt zu einer entzündlichen Reaktion der Magenschleimhaut. Die überwiegende Mehrheit dieser infizierten Menschen bleibt das ganze Leben lang beschwerdefrei – nur eine Minderheit entwickelt immer wieder auftretende Bauchschmerzen.
- **Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre:** Nur ein kleiner Teil (2-3 Prozent) der Infizierten entwickeln ein Geschwür des Magens oder des Zwölffingerdarms. Dennoch ist die Infektion mit H. pylori die häufigste Ursache für ein Geschwürsleiden. Patienten mit einem Magen- oder Zwölffingerdarmgeschwür haben Oberbauchschmerzen, oft in Abhängigkeit zur Nahrungs-



Das Bakterium Helicobacter pylori steckt hinter den meisten Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüren. (Foto: APA)

Impotenz und Herzinfarkt

Schwarzach (VN) Impotenz ist oft ein Vorbote für Herzinfarkt bei Männern. „Meist haben Herzinfarktpatienten fünf bis sieben Jahre vor einem Infarkt Erektionsstörungen, weil das Gefäßsystem des Penis so sensibel ist“, sagte der Professor für Männergesundheit der Hamburger Universitäts-Klinik Eppendorf, Frank Sommer. Nach einer deutschen Studie hatten 302 von 368 Männern mit Herzproblemen mindestens zwei Jahre zuvor Erektionsstörungen.



Schwangere müssen aufpassen.

Chinin kann schaden

Schwarzach (VN) Schwangere Frauen und Herzpatienten sollten Getränke meiden, die den Geschmacksstoff Chinin enthalten, empfehlen Mediziner. Wegen des bitteren Geschmacks sind diese als Durstlöcher beliebt. Studien hätten Entzugserscheinungen bei Neugeborenen nachgewiesen, deren Mütter während der Schwangerschaft täglich mehr als einen Liter Tonic Water getrunken hatten. Demgegenüber stehen laut BfR Empfehlungen aus dem Internet, die schwangeren Frauen raten, Wadenkrämpfen und Übelkeit mit chininhaltigen Getränken vorzubeugen.

Bodybuilding für Diabetiker

Schwarzach (VN) Typ-1-Diabetiker sollten kein Bodybuilding betreiben. Denn dieser Sport fördert die Entwicklung und das Fortschreiten von Schäden an den kleinen Blutgefäßen, wie der Facharzt Rolf Renner berichtet. Der Professor erklärt dies damit, dass es beim Bodybuilding in geringem Ausmaß kurzfristig zu extremen Blutdruckanstiegen kommen kann.



Helicobacter-Facts

- Krankheitsbilder durch eine Infektion mit H. pylori**
- Entzündung der Magenschleimhaut
 - Geschwür des Magens oder des Zwölffingerdarms
 - Krebs der Magenschleimhaut
 - Lymphzellenkrebs des Magens

Ein Roboterhund

könnte schon bald melden, wann Herrchen einen Spaziergang machen soll oder sich eine Mahlzeit genehmigen kann. US-Wissenschaftler wollen „Aibo“ im Kampf gegen Übergewicht einsetzen. Der „Robodog“ würde per Funk mit der Waage, einem Schrittzähler sowie einem Organiser verbunden, in dem der Besitzer seine tägliche Nahrungsaufnahme protokolliert – und mit entsprechenden Reaktionen auf Fehlverhalten hinweisen. Was ein Hund aus Fleisch und Blut eigentlich auf könnte ... (AP)



„Power-Nap“ im Kino läuft nicht

Frankfurt (VN) Gedacht ist das Ganze für gestresste Großstädter: Mittags ins abgedunkelte Kino gehen, Augen schließen, 20 Minuten autogenes Training machen und danach wieder fit ins Büro zurück. Doch was sich das Kino-Center Cinestar Metropolis in Frankfurt unter dem Namen „Power-Napping“ („Energie-Nickerchen“) ausdachte, hat sich noch nicht durchgesetzt. Bisher hat den Initiatoren zufolge kaum jemand das drei Euro teure Angebot wahrgenommen, das mit zwei Neurologen entwickelt wurde.

Sex hält Männer gesund

■ Wissenschaftler raten nach Langzeitstudien zu drei bis vier Mal in der Woche.

Dagegen leben Sex-Muffel laut einer Langzeitstudie der Universität Bristol gefährlich. Während der zehnjährigen Untersuchungsreihe starben doppelt so viele Männer aus dieser Gruppe.

Gehirnaktivität steigt

Der Gesundheitstrip beginnt bereits beim Anblick einer schönen Frau – US-Wissenschaftler entdeckten gesteigerte Gehirnaktivität, die Wohnegefühle auslöst. Schon fünf Minuten Konversation mit einer Frau genügen, um einen Botenstoff freizusetzen, der letztlich die Produktion des männlichen Geschlechts-

hormons beschleunigt, so eine Studie der Universität Chicago. Mindestens 20 Minuten Sex kurbeln die Dopamine an, die entspannend wirken und jeglichen Stress beseitigen.

Gleichzeitig schüttet das Gehirn große Mengen Endorphine aus, die rund sechs Stunden vor allem Kopf- und Gelenkschmerzen verdrängen. Wenn Männer im Durchschnitt zwei bis drei Minuten nach dem Sex sofort einschlafen, so ist dafür laut der Wissenschaftler das Hormon Oxytocin verantwortlich – in der Medizin gilt es nämlich als optimales, weil natürliches Mittel gegen Schlaflosigkeit.



Der Anblick einer schönen Frau steigert die Gehirnaktivität. (reu)

Schlaf- und Rückenprobleme?

Unsere hochwertigen Schlaf-gesund-Produkte helfen Ihnen bei Schlafstörungen, Rücken- und Nackenschmerzen, muskulären Verspannungen und Allergien. Kommen Sie zu uns Probeliegen! www.samina.at



SAMINA

- Bregenz - SAMINA, Rathausstraße 37, Tel. 05574 45933
- Egg - Möbel-Raum-Design KÖSS KG, Tel. 05512 2123
- Sulzberg - Josef Ebner, Raumausstatter, Tel. 05516 21317
- Dornbirn - Einrichtungshaus Hutle, Tel. 05572 22006
- Altach - Karlheinz Schneider, Tel. 05576 77157
- Götzis - SAMINA Götzis, Tel. 05523 51009
- Feldkirch - SAMINA, Neustadt 26-28, Tel. 05522 78654
- Schnifis - Tischlerei Berchtel, Tel. 05524 8526
- Bürs - Rudolf Schrottenbaum OHG, Tel. 05552 67220

BLICKPUNKT

● **Alzheimer.** Die regelmäßige Einnahme von Folsäure schützt möglicherweise vor Alzheimer. Die etwa in Orangen, grünem Blattgemüse und Vollkorn enthaltene Vitamin-B-Substanz senkt das Erkrankungsrisiko laut einer US-Studie wesentlich eher als andere Nährstoffe wie etwa Vitamin E – auch Vitamin C, Betakarotin oder Vitamin B-12 schützen demnach nicht vor Alzheimer.

SCHARF SEHEN OHNE BRILLE!

Modernste Technik. Erfahrene Ärzte.
 VisuMed Zentrum Lindau in der Bodenseeklinik.
 Informieren Sie sich bei unseren kostenlosen Infoabenden.

Freitag, 16.09.05, Freitag, 14.10.05/jeweils 18.00 Uhr
 Referent: Dr. med. Adrian Arbunescu-Pecher
 Freitag, 30.09.05/18.00 Uhr
 Referent: Dr. med. Stephan Maschauer
 VisuMed Zentrum in der Bodenseeklinik, Dreierstr. 4

Info und Anmeldung unter
 Tel. 08382.943 50 91
www.visumed-lindau.de