

Volkskrankheit Sodbrennen

FRIEDRICHSHAFEN. Sodbrennen gilt als ein Volksleiden. Bei manchem helfen Hausmittelchen und andere sagen sich „das geht auch wieder vorbei“. Doch so einfach ist es nicht immer...

Jeder Zweite kennt Sodbrennen oder, wie nicht nur die Schweizer sagen, Magenbrennen: Vom Oberbauch aus steigt hinter dem Brustbein eine brennende und manchmal schmerzhaft empfundene auf, die unter Umständen bis zum Rachen und Hals ausstrahlt. Viele Menschen stoßen dann sauer oder bitter auf und fühlen sich danach besser. In anderen Fällen ist das Sodbrennen aber nicht so schnell vorbei, weil es das Leitsymptom der Refluxkrankheit beziehungsweise der Refluxösophagitis ist. Dann sind die Ärzte gefragt und ausgesprochene Spezialisten dafür gibt es im Medizin Campus Bodensee. Einer ist Priv.-Doz. Dr. Thorsten Lehmann, Chefarzt der Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie Friedrichshafen/Tettngang. Priv.-Doz. Dr. Lehmann erklärt „Leichte Reflux-Erkrankungen lassen sich in vielen Fällen durch den Einsatz von Medikamenten und wirksamen Maßnahmen behandeln (konservative

Therapie). Patienten, die durch die medikamentöse Therapie nicht beschwerdefrei werden und Patienten mit einem sogenannten Volumenreflux, einem Rückfluss von saurem Magensaft in die Speiseröhre oder den Kehlkopf beim gewöhnlichen Vornüberbeugen, raten wir zu einer Operation.“ Es gibt verschiedene Operationsverfahren zur Wiederherstellung der mechanischen Rückflussbarriere. Gemeinsam mit den Patienten suchen die Ärzte die individuell passende OP-Methode aus, im Klinikum Friedrichshafen setzt man unter anderem auf das LINX®-Reflux-Management-System. Dabei wird ein flexibler magnetischer Ring aus Titanperlen um den unteren Schließmuskel der Speiseröhre gelegt. So kann der Rückfluss der Magensäure auf unkomplizierte und schonende Weise gestoppt werden. PD Dr. Lehmann hat 2012 das Refluxzentrum am Klinikums Friedrichshafen gegründet – eines



Priv.-Doz. Dr. Thorsten Lehmann, Chefarzt Klinik für Allgemein- und Viszeralchirurgie

von deutschlandweit 20 auf Reflux spezialisierten Zentren, die das LINX®-System in der Anti-Reflux-Chirurgie einsetzen. Pro Jahr werden im Häfler Reflux-Zentrum rund 50 Systeme erfolgreich implantiert – damit ist das Refluxzentrum am Bodensee eines der größten in Europa. Mehr Informationen unter:

➤ www.medizin-campus-bodensee.de



**MEDIZIN
CAMPUS
BODENSEE**

**Für jeden Fall
einen Spezialisten.**

 **Klinikum Friedrichshafen
14 Nothelfer Weingarten
Klinik Tettngang**

medizin-campus-bodensee.de

**Sabine, 56
Konstanz**
nach ihrer Reflux-OP

GUY - PASCAL DORNER

Gut zu den Füßen

BLIX-LAND. „Für müde Füße ist jeder Weg zu lang“: Der deutsche Vormärz-Literat Georg Büchner (1813 – 1837) wusste, was unsere Füße leisten. Es scheint uns selbstverständlich, gut zu Fuß zu sein. Bis zu dem Moment, an dem sich ein eingewachsener Nagel oder Schrunden an den Fersen quälend bemerkbar machen. Spätestens dann stellt man fest, dass Füße Pflege und Aufmerksamkeit benötigen – dies gilt umso mehr im Frühling, wenn unsere Füße wieder ans Sonnenlicht kommen. BLIX gibt Tipps.

Zugegeben, vor allem in den Wintermonaten behandeln wir unsere Füße stiefmütterlich, schieben sie in warme Wollsocken und leugnen ihre Existenz – um uns bei den ersten Frühlingssonnenstrahlen aufrichtig unserer Füße zu schämen. Indes: Vieles kann man selbst dafür tun, dass sich unsere Füße jederzeit herzeigen lassen. Zum Beispiel gönnen wir unseren Füßen doch nach einem harten Tag ein Entspannungsbad. Wer seine Füße täglich badet oder mit Wasser und Seife wäscht, hält unangenehme Gerüche fern und verhindert, dass sich Bakterien oder Pilze ansiedeln. Die Füße bitte immer sorgfältig abtrocknen, auch in den Zehenzwischenräumen. Wenn die Füße nach einem Bad schön weich sind, lässt sich die überschüssige Hornhaut mit Hilfe von Bimsstein, einer Peeling-Creme oder einer Sandpapierfeile entfernen. Auch das Schneiden der Fußnägel will gelernt sein: So mancher kappt die seitlichen Ränder, damit es schöner aussieht. Das sorgt schnell für Infektionen und Vereiterungen, weil die Nägel einwachsen. Um dies zu verhindern, sollte mit einer Nagelzange nur die Kuppe der Zehennägel gerade abgeknipst werden. Eine Feile hilft, Ecken zu glätten. Auch wenn's hübsch aussieht: Nicht das ganze Jahr über mit „bunten“ Nägeln herumlaufen, sondern lackfreie Zeiten einschieben, damit sich die Nägel erholen können und kein verdeckter Nagelpilz gedeihen kann. Dieser färbt befallene Nägel gelblich. Fußpilz erkennt man an rötlichen Hautstellen, die jucken und nässen. Er siedelt sich oft zwischen dem vierten und fünften Zeh an, weil es dort so eng und schwitzig ist. Ist der Pilz da, hilft der Hautarzt mit Tinkturen oder Salben. Auch die hochgradig ansteckenden Warzenviren fühlen sich wohl, wo es feucht und warm ist. In der Apotheke gibt's entsprechende Vereisungssprays.

Vorbeugend: Im Schwimmbad oder in der Sauna Badeschlappen tragen oder alternativ die Füße gründlich desinfizieren, bevor man in Socken und Schuhe

SCHWEIZER
SCHUH
Laupheim - Zepelinstraße 23 -25

Das preiswerte Schuhgeschäft mit einer
RIESENAUSWAHL
an Markenschuhen für die ganze Familie!
www.schuh-schweizer.de 24 Stunden Online Shoppen

Folge uns auf Facebook
Entdecke aktuelle Angebote und tolle Aktionen!

**NEU - Zwei Markenstores mit
Bekleidung für SIE & IHNI**

TOM TAILOR
www.sptb

10 € - Gutschein*
ab einem Einkaufswert von 49,95€

*Einzulösen bei Schuh Schweizer. Nicht mit anderen Aktionen kombinierbar. Nur ein Gutschein pro Einkauf.

Gültig bis 30.04.2019

schlüpft. Verletzungen an Nägeln oder Füßen vermeiden, damit keine Pilzsporen eindringen. Außerdem ist es gut, viel Luft an die Füße zu lassen. Auf hygienisch sicherem Terrain heißt das: barfuß laufen. Gerade jetzt im Frühling bietet sich die Natur hierfür an. Ansonsten atmungsaktive Strümpfe und Schuhe tragen und regelmäßig wechseln.

Und was kann man seinen Füßen sonst noch Gutes tun? Sinnvoll sind harnstoffhaltige Cremes, die rückfettend wirken und die Füße geschmeidig halten. Lotionen mit Salicylsäure können dabei helfen, Hornhaut auf Dauer zu reduzieren. Wer mag, kann alle vier bis sechs Wochen zur Fußpflege gehen. Damit die Füße im Frühling und Sommer in den schönen offenen Sandalen, Mules & Co. auch strahlen können, macht es Sinn, sich ihrer liebevoll anzunehmen.



Herzliche Einladung zum 2. Häussler Rollator-Tag in Ulm!

Freitag, 3. Mai 2019,
10 bis 16 Uhr
Sanitätshaus Häussler
Jägerstraße 6, 89081 Ulm

- Rollator-Training auf Parcours
- Kostenloser Rollator-Servicecheck
- Rabattaktionen
- Imbiss und Getränke

Telefon 0731 140 02-0
www.haeussler-ulm.de

Häussler
Ihr Sanitätshaus



Wir sind auch in der Federsee-Klinik für Sie da.
Sanitätshaus Häussler im Ärztehaus, Am Kurpark 2,
88422 Bad Buchau, Telefon 07582 800-1004