

# INFEKTANFÄLLIGKEIT STOPPEN

Infekte im Hals-Nasen-Ohrenbereich sind ganzjährig die häufigste Ursache von Krankmeldungen in Betrieben. Insbesondere akute und chronische Erkrankungen der

Nasennebenhöhlen und des Halses führen häufig zu langwierigen Krankheitsverläufen.

Die Hals-Nasen-Ohrenärztliche Behandlung kann in vielen Fällen die Beschwerden erleichtern und die Krankheitsdauer abkürzen. Wir sind Ihre fachärztlichen Experten für diesen Bereich!

Doch kann man solche Infekte auch vermeiden? Gibt es Möglichkeiten, die Infektabwehr zu stärken? Unsere Antwort lautet: „eindeutig JA“.

Gerade die Naturheilverfahren, denen wir uns in unserer HNO-Praxis besonders widmen, bieten hierfür viele Möglichkeiten. Wir beraten Sie gern über hochwirksame Vitamininfusionen, orthomolekulare Medizin, Prä- und Probiotika, Akupunktur, Homöopathie und Sauerstofftherapie und entscheiden gemeinsam mit Ihnen, wie sich Ihre individuelle Abwehrbereitschaft zuverlässig verbessern lässt. Fragen Sie in unserer HNO-Praxis nach abwehrstärkenden Möglichkeiten gegen Infekte! Denn auch für Infekte gilt: **Vorsorge bringt Sicherheit!**



**Dr. med. H. Peukert und Dr. med. D. Fischer**  
Fachärzte für HNO-Heilkunde, Stimm- und Sprachstörungen, Naturheilverfahren, Schlafmedizin

Xyländerstraße 23  
76829 Landau  
Tel.: 0 63 41 / 40 48  
web: www.hno-landau.de



# OSTEOPOROSE – die häufig unerkannte Volkskrankheit



Mit zunehmendem Alter kommt es zum Abbau der Knochenmasse. Bei der Osteoporose ist dieser Knochenschwund stärker ausgeprägt

und setzt auch früher ein.

Mögliche Folgen sind Knochenbrüche an Wirbelsäule, Hüftgelenk und Handgelenk. In Deutschland sind mehr als 8 Mil. Menschen betroffen, jede 3. Frau über 50 Jahre und jeder 6 Mann über 60 Jahre. 80 % wissen nicht von ihrer Erkrankung oder sind unbehandelt. Zur Einleitung

einer gezielten Behandlung ist eine Früherkennung notwendig. Die DXA-Knochendichtemessung kann bereits einen beginnenden Knochenverlust erkennen und stellt gemäß den Leitlinien die einzige von Fachgesellschaften anerkannte Messmethode dar.

Der Osteologe ist ein Spezialist für die Untersuchung und Behandlung von Knochenerkrankungen, insbesondere der Osteoporose.

Weitere Einzelheiten finden sie auf unserer neu gestalteten Homepage: [www.drjaeger.de](http://www.drjaeger.de)



**Dr. med. Klaus J. Jäger**  
Facharzt für Orthopädie - Spezielle Schmerztherapie  
Sportmedizin - Chirotherapie - Akupunktur  
H-Unfallarzt - Osteologe  
Osteologisches Schwerpunktzentrum  
Stadthausgasse 5, 76829 Landau  
Tel.: 0 63 41 / 8 88 22  
web: [www.drjaeger.de](http://www.drjaeger.de)

Eine Gruppen-Zirkel-Therapie speziell für Osteoporose-Patienten unter krankengymnastischer Betreuung finden sie im:

**ORTHOFIT** Physiotherapie - Orthopädie - Reha  
Klaus-von-Klitzing-Str. 3, 76829 Landau  
Tel.: 0 63 41 / 95 42 10  
web: [www.orthofit.de](http://www.orthofit.de)

# SOHO-MED – Das individuelle Konzept in Landau für eine stabile Gesundheit.

Wer hat nicht schon oft genug versucht, vieles im Leben dauerhaft zu verändern. Das beste Beispiel sind die häufig wechselnden Diät-Ansätze bei der Ernährung. Ein neuer Trend wird in Europa durch das Forschungsprojekt Food4Me deutlich. Dabei werden die genetische Veranlagung des

Menschen und der individuelle Stoffwechsel in einem Test erfasst. Spezielle medizinische Programme werden dabei eingesetzt, sodass das Verfahren bekannte und neue Parameter berücksichtigen kann. Auch gesunden Menschen soll geholfen werden, mit einer individuellen, maßgeschneiderten Auswahl von bestimmten Lebensmitteln natürlich und gesund alt zu werden.

In Landau müssen wir auf das Ergebnis der Studie nicht warten. Zusammen mit Herrn Goldberg vom „SOHO“ in Landau haben wir, die „Praxis Am Markt“, ein Konzept entwickelt, das bereits viele Elemente dieser Studie schon auf natürliche Weise umsetzt. Im Vordergrund steht dabei die heilende Kraft des Genießens: Achtsamkeit und Kenntnis bei der richtigen Auswahl von Lebensmitteln, die Zubereitung der Spei-

sen und eine neue Erfahrung im richtigen Genuss beim Essen. Ein neues und wesentliches Element in unserem Seminarangebot ist die Verbindung



zwischen Gesundheit und Genuss. Ein individuelles medizinisches Profil berücksichtigt jeden Einzelnen und sichert sinnhaft die Nachhaltigkeit unseres Seminars. Wenn Sie an diesem Erlebnis teilnehmen und etwas für Ihre Gesundheit tun wollen, dann melden Sie sich zum Seminar bei uns an! Der richtige Genuss wird auch Ihren Alltag adeln!

**Dr. med. Rainer G. Hübner**  
Facharzt für Allgemeinmedizin  
Zentrum für Komplementärmedizin



Praxis am Markt,  
Tel.: 0 63 41 / 8 40 51  
web: [www.drhuebner-landau.de](http://www.drhuebner-landau.de)

# Blasenschwäche und überaktive Blase. Neuer Therapieansatz mit Botulinumtoxin.

Das Botulinumtoxin ist ein hochpotentes Nervengift und wirkt auf Nervenleitung und Muskelfunktion. Seit einigen Monaten besteht die Zulassung von Botox zur Behandlung der Dranginkontinenz und der überaktiven Blase.

Im Rahmen eines kurzen Eingriffes wird Botox an verschiedenen Stellen in den Blasenmuskel gespritzt und zwar an 20 verschiedenen Stellen. Der Eingriff dauert nur wenige Minuten und der Patient kann relativ rasch nach Hause entlassen werden. Botox wirkt auf die Blasenmuskulatur abschwächend und entspannend was zu einer längeren

Speicherung von Urin in der Blase führt. Außerdem ist der Harndrang vermindert, die Blasenentleerung erfolgt in größeren Abständen und der Patient verliert dann auch oft keinen Urin mehr. Nachteil der Methode ist, dass nach 6-12 Monaten der Therapieeffekt nachlässt und ein Nachspritzen erforderlich macht. Nach dem Eingriff hat der Patient manchmal noch einen blutigen Urin, in ganz seltenen Fällen kommt es zu einer vorübergehenden Blasenentleerungsstörung, die nach wenigen Tagen aber verschwindet. Der Eingriff wird von der Krankenkasse übernommen.

**Dr. med. Karl Kunz**  
Chefarzt der Gynäkologisch-  
Geburtshilflichen Abteilung

Asklepios Klinik  
Luitpoldstraße 14, 76870 Kandel  
Tel.: 0 72 75 / 71 15 01  
Mail: [k.kunz@asklepios.com](mailto:k.kunz@asklepios.com)





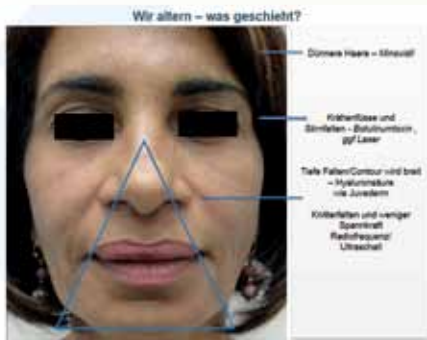
# GESUNDHEITSFORUM LANDAU-SÜW

www.gesundheitsforum-landau-suew.de



## Das Netzwerk für Ihre Gesundheit

### Älter werden – jung aussehen



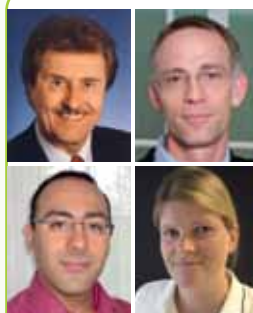
Älter werden wollen wir alle, alt sein aber nicht, zumindest soll man die Alterszeichen nicht sehen. Viele wollen daher jünger aussehen. Geht das? Ja – das geht! Und das heute sogar ohne OP. Was also tun wenn gegen Zeichen des Alters Gegen Pigmentflecke und erweiterte Äderchen helfen 1-2 Mal Laser und Blitzlampen, Falten können mit natürlicher Hyaluronsäure geglättet, mimische Zornes- oder Stirnfalten wie auch Krähenfüße mit Botulinumtoxin gebremst werden – millionenfach durchgeführte mittlerweile bekannt harmlose Behandlungen. Die Gesichtscoutur verändert sich: die obere Wangenpartie wird flacher, die untere Gesichtshälfte voller – das kann durch geschickte Hyaluroninjektion der Wangen behoben werden. Auch vergrößerte Poren stören oder trockene Haut – alles behebbar. Nicht selten gehen auch medizinisch riskante Lichtschäden einher, die durch Methoden wie PDT (Licht +Medikament) oder Chemical Peels behoben werden können und als Nebeneffekt Pigmente beseitigen und die Haut straffen.

Schon ab 40 nimmt immer mehr die Spannkraft ab, schlaffere Haut stellt sich ein, Knitterfältchen und zahlreiche Linien entstehen. Früher gab es dagegen nur die Operation, heute kann in sanfter Weise mit Radiofrequenz, Ultraschall und Lasern die eigene Regenerationskraft der Haut angeregt werden. Nach wiederholten Sitzungen baut sich eine gestraffte und geglättete Haut neu auf.

Das gilt auch für die Körpercontour: Sanfte Straffung durch Radiofrequenz (Excilis, Viora) oder Ultraschall (Ultraformer) sind derzeit die erfolgreichsten Methoden in Metropolen wie Paris und New York aber auch in Asien, nicht nur für Prominente. Sind zu viele Fettpölsterchen entstanden, so stehen Fett-Weg Spritze, Fettabbau durch Kälte (Cryolyse) oder Radiofrequenz (Vanquish) und in ausgeprägten Fällen die ambulante Absaugung zur Verfügung. Eine Diät unterstützt natürlich bzw. ist manchmal Voraussetzung.



Spezielle Pflege und Kosmetik mit Anti Ageingfaktoren helfen vorzubeugen. Das alles ist in den letzten 10 Jahren entwickelt worden und ermöglicht aparter dennoch altersentsprechend, aber eben attraktiver auszusehen und die untrüglichen Alterungszeichen zu verbergen.



Hautärzte + Laserzentren  
Prof. associat. Dr.Klaus Fritz\*  
Dr. B. Biwer  
Dr. Anwar  
Frau Dr. J. Scherer

\*Lehrbeauftragter Universitätskliniken Bern und Osnabrück,  
\*Associat. Professor Univ. für Medizin und Pharmazie Carol Davila (Ro)  
Aesthetische Dermatologie(DDA), Dermatologische Lasertherapie (DDA)

Allergologie – Venerologie – Phlebologie – Ambulante Operationen  
Reduitstr. 13, 76829 Landau, Tel.: 0 63 41 / 93 505 0  
Marktstraße 5, 76870 Kandel, Tel.: 0 72 75 / 98 92 79  
web: www.drklausfritz.com, Mail: hautundlaser@web.de

# Plötzlicher Herztod – schicksalhaft oder vermeidbar?

Im hohen Alter noch sportlich und körperlich aktiv zu sein – das setzt ein gesundes Herz und ein gutes Leistungsvermögen voraus. Schon ein über Jahre nicht richtig behandelter Bluthochdruck oder entgleiste Blutfette können dieses Ziel in weite Ferne rücken lassen. Regelmäßige kardiologische Kontrollen können diese Risikofaktoren rechtzeitig erkennen, behandeln und helfen, bis ins hohe Alter herzgesund

und aktiv zu sein. Dazu gehört natürlich auch ein gewisses Maß an Selbstdisziplin und regelmäßige körperliche Aktivität. Eine Ausdauersportart wie Joggen, Nordic Walking, Schwimmen oder Fahrradfahren ist dafür meistens unerlässlich. Menschen, die älter sind als 40 Jahre sollten sich jedoch vor Beginn einer Ausdauersportart einer umfangreichen kardiologischen Untersuchung unterziehen,

um sicher das Ziel der körperlichen Fitness im Alter zu erreichen. Sollte es trotz guter Vorsorge und körperlicher Aktivität zu einem akuten Herzanfall kommen, steht unser erfahrenes Team immer für Sie bereit. Wir stehen Ihnen als einziges Herzkatheterlabor in der Südpfalz mit einer 24-h-Bereitschaft, 24 Stunden am Tag und 365 Tagen im Jahr, jederzeit zur Verfügung.

## Herzzentrum Landau

### Kardiologische Gemeinschaftspraxis

Dr. med. Michael Stille (Facharzt für Innere Medizin/Kardiologie)

Dr. med. Reinhold Pollert (Facharzt für Innere Medizin/Kardiologie/Sportmedizin)

Dr. med. Frank Towae (Facharzt für Innere Medizin/Kardiologie)

Bodelschwinghstr. 11 (im Klinikum Landau), 76829 Landau, Tel.: 0 63 41 / 9 42 70

### Abteilung Kardiologie des Klinikums Landau – SÜW GmbH

Mitglieder im Gesundheitsforum:

Chefarzt Priv. Doz. Dr. med. Stefan Vonhof

Ltd. Oberarzt Dr. med. Bertram Öffner

Leiter Elektrophysiologie Dr. med. Johann Raab

(Fachärzte für Innere Medizin/Kardiologie)

Bodelschwinghstr. 11, 76829 Landau

Chefarztsekretariat, Tel.: 0 63 41 / 908 21 01, Pforte Tel.: 0 63 41 / 90 80

web: [www.herzzentrum-landau.de](http://www.herzzentrum-landau.de)



# Zahnunfälle vermeiden

Im Auto sind Sicherheitsgurte und Kindersitze selbstverständlich und beim Kauf eines neuen Fahrrads wird auch ein Helm erworben. Für mehr Sicherheit nimmt jeder von uns ein paar Euro mehr in Kauf. Aber haben Sie auch einen Sportmundschutz?

Etwas jedes dritte Kind erleidet ein Zahntrauma. Der Schaden ist groß, denn ab- oder angeschlagene Zähne heilen nicht. Die Versorgung des geschädigten Zahnes führt

zu lebenslangen Folgebehandlungen. Bei Patienten mit Brackets auf den Zähnen drohen zudem schmerzhafte Weichteilverletzungen.

Die meisten schweren Gesichtsverletzungen ereignen sich bei Ballspielen, beim Wintersport und beim Reiten. Der geringe Anteil der Kampfsportarten bei Zahnverletzungen zeigt deutlich die Wirkung des hier üblichen Mundschutzes. Ein Mundschutz kann durch Dämpfung und Verteilung der

Kraft auch Kiefer und Kiefergelenkbrüche verhindern.

Während im professionellen Bereich der Mundschutz bei vielen Sportarten bereits vorgeschrieben ist, hat er sich im Schul- und Amateursport noch nicht durchsetzen können. Nach der Empfehlung der Deutschen Gesellschaft für Zahn- Mund- und Kieferheilkunde sollten besonders

bei folgenden Sportarten ein Mundschutz getragen werden:

American Football, Basketball, Eishockey, Feldhockey, Fußball, Handball, Kampfsportarten, Radsport, Reiten, Rugby, Skateboarding, Geräteturnen. Wichtig ist, dass der Mundschutz nicht nur zum Wettkampf, sondern auch zum Training getragen wird.

Ein im Wasserbad vom Sportler selbst angepasster Mundschutz ist ungeeignet, da die benötigten Hohlräume an den Zähnen nicht geschaffen werden können. Aufgrund der deutlich besseren Eigenschaften, sollte heute ausschließlich ein individuell hergestellter Mundschutz nach Abformung beim Zahnarzt oder Kieferorthopäden getragen werden.

## Dr.med.dent Carmen Werling

Fachzahnärztin für Kieferorthopädie

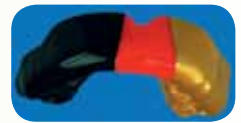
Dr.med.dent Klaus Werling, Katrin Blechschmidt

Zahnärzte

Konrad-Adenauer-Str 9, 76877 Offenbach

Tel.: 0 63 48 / 9 72 20

web: [www.dr-werling.de](http://www.dr-werling.de)



# Kosmetische Lidstraffung bei Schlupflidern – seit mehr als 15 Jahren im Augenärztlichen Operationszentrum Landau



Die Augen sind der zentrale Ausdruckspunkt des Gesichtes. Dies ist der Grund, warum viele Menschen unter Schlupflidern leiden. Unter

Schlupflidern versteht man die Erschlaffung der Oberlidhaut. Dabei wölbt sich die Haut über die Wimpern und das Auge wirkt scheinbar kleiner, der Gesichtsausdruck müde und traurig. „Ich habe einen sportlichen Körper, und glatte Haut, lediglich meine Lider passen nicht zu mir“, sagt Katharina K aus Pirmasens. Die 43-jährige Friseurmeisterin ließ sich in diesem Jahr die Lider straffen. Schlupflider können chirurgisch korrigiert werden, das Operationsrisiko ist

sehr gering. Eine chirurgische Oberlidstraffung hat einen erheblich verjüngenden Effekt. Bei dieser Operation wird in örtlicher Betäubung die überschüssige Haut mit Skalpell oder Laser entfernt und das unter der Haut vordringende Fettgewebe abgetragen. Der Wundschluss erfolgt mit

einer feinen, fortlaufenden Naht unter der Hautoberfläche und einem Gewebekleber, so dass nach der Operation kein Verband erforderlich ist. Der Patient verlässt sehend unseren OP., sollte aber am OP-Tag nicht selbst Auto fahren. Die Nachbehandlung erfolgt mit einer antibiotischen Augen-

salbe. Am siebten Tag nach der Operation wird der Faden gezogen.

In der Regel ist die Patient/-in einer Woche nach dem Eingriff wieder gesellschaftsfähig. Die Narbe verschwindet in der Umschlagsfalte



## Dres. med. Martin Hoffmann & Birgit Wehrle & Klaus Jörg

Augenärztliche Gemeinschaftspraxis

mit Augenärztlichem Operationszentrum Landau

Martin-Luther-Strasse 35, 76829 Landau

Tel.: 0 63 41 / 2 09 69

web: [www.augenaeztliches-operationszentrum-landau.de](http://www.augenaeztliches-operationszentrum-landau.de)

## ADHS bei Erwachsenen

Die „Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung“ – „ADHS“ – ohne übermäßige Aktivität als „ADS“ bezeichnet – beginnt im Kindesalter; bis zu 60% der betroffenen Kinder behalten auch als Erwachsene entsprechende Symptome. Selten wird die Störung erst im Erwachsenenalter diagnostiziert.

In letzter Zeit sind die Beeinträchtigungen der Erwachsenen mit ADHS mehr in den Blickpunkt der Nervenheilkunde gerückt. Betroffene leiden unter Problemen, das eigene Leben zu strukturieren und zu planen. Sie scheitern oft daran, daß sie zu viele „Baustellen“ gleichzeitig einrichten und es fehlt ihnen an einer konzentrierten und organisierten Arbeitsweise. Hinzu können Symptome von Impulsivität und emotionaler Instabilität treten. Ein Teil der Betroffenen leidet

an Unruhe, Ungeduld und niedriger Frustrationstoleranz. Unbehandelte ADHS-Patienten haben ein hohes Sucht-Risiko. Als besonders wirksam hat sich eine Kombination aus Psychotherapie (Verhaltenstherapie) und medikamentöser Behandlung erwiesen. Die geeigneten Medikamente werden schon seit Jahrzehnten bei Kindern eingesetzt; im Jahr 2011 wurde das erste Präparat für Erwachsene arzneimittelrechtlich zugelassen. Wichtig ist eine individualisierte Behandlung: nicht jeder Betroffene benötigt eine Medikation, die

Dosis variiert, die Medikamente können in manchen Fällen situationsbezogen eingenommen werden. Manchmal steht auch die Behandlung von Begleiterkrankungen, wie z. B. Depressionen, im Vordergrund.



**Dr. med. Marcus Michel und Jochen Meyer**  
Fachärzte für Neurologie und Psychiatrie

Weißburgerstr. 8b, 76829 Landau  
Tel.: 0 63 41 / 92 94 90  
Fax: 0 63 41 / 929 49 20  
Mail: info@neurologielandau.de  
web: www.dr-michel.de

## Willkommen im Kontinenz- und Beckenbodenzentrum Pfalz

Fortschreitendes Alter und die veränderte Hormonlage der Wechseljahre schwächen den Beckenboden. Unwillkürlicher Stuhl- oder Urinverlust sowie häufiger Harn-

drang sind die Folgen. Durch Geburten, Überbelastung und angeborene Muskelschwäche kann es zum Vorfall der Harnblase, des Darmes oder der Gebärmutter kommen. Allein in Deutschland sind mehr als 9 Millionen ältere Menschen betroffen.

Trotz der hohen Einschränkung der Lebensqualität werden die Beschwerden tabuisiert. Mehr als 80% könnten jedoch durch entsprechende Therapie geheilt werden. In unserem Beckenbodenzentrum arbeiten Viszeralchirurgen, Gastroenterologen, Urologen, Pädiater, Radiologen sowie Physiotherapeuten und Urotherapeuten zusammen. In regelmäßigen Sitzungen werden nach umfassender Diagnostik gemeinsam Therapiekonzepte

entwickelt. Auch eventuelle Operationen werden interdisziplinär durchgeführt.

Das Beckenbodenzentrum ist Ihr Ansprechpartner bei Harn- und Stuhlinkontinenz, chronischen Unterbauchschmerzen, häufigem Harndrang, Gebärmutter-senkung und chronischer Blasenentzündung.

Wir bieten Ihnen Beratung, Diagnostik und spezielle Therapien



**Dr. med. K.-M. Werthmann**  
Chefarzt der Klinik für Allgemein-,  
Viszeral- und Gefäßchirurgie  
CTS Vinzentius-Krankenhaus Landau



Tel.: 0 63 41 / 17 23 00  
Mail: k.werthmann@vinzentius.de  
web: www.vinzentius.de

## Männersache: Verhütung

Schon immer mussten die Frauen die Folgen von Verhütungsfehlern (aus)tragen. Seit Einführung der Pille 1959 in den USA und 1961 in Deutschland wird die Empfängnisverhütung weitgehend von den Frauen geleistet. Die Hoffnung auf die Entwicklung vergleichbarer reversibler hormoneller Verhütungsmöglichkeiten für den Mann hat sich nicht erfüllt, in absehbarer Zeit ist die „Pille für den Mann“ nicht zu erwarten. Um so mehr ist der Mann in der Pflicht, bei abgeschlossener Familienplanung seine Rolle wahrzunehmen: Die Samenleiterdurchtrennung beim Mann (Vasektomie) ist – auch im Vergleich zur Sterilisationsoperation bei der Frau – ein komplikationsarmer und nebenwirkungsarmer Eingriff, der ambulant in lokaler Betäubung durch-

geführt werden kann. Der Eingriff bietet im Vergleich zu allen anderen Verhütungsmethoden die höchste Sicherheit.

Kurze Eingriffsdauer und minimalinvasive Operationstechnik bedingen eine geringe und nur kurz dauernde Beeinträchtigung und Einschränkung der Belastungsfähigkeit nach der Sterilisationsvasektomie. In der Praxisklinik Urologie Landau gewährleistet unser Team erfahrener Operateure ein höchstmögliches Qualitätsniveau bei der Durchführung der sowohl in lokaler Betäubung als auch in Nar-

kose tagesklinisch durchgeführten Eingriffe.



**Dr. med. K. Klocke**  
Facharzt für Urologie

**Praxisklinik Urologie Landau**  
M. Bruch, Dr. med. P. Endmann, Dr. med. K. Klocke,  
Frau Dr. med. Ch. Püttlich, Dr. med. A. Rhein Fachärzte für Urologie  
P. Mertel Fachärztin für Anästhesie  
Max Planck Straße 1, 76829 Landau, Tel.: 0 63 41 / 8 08 08  
web: www.urologie-landau.de

## Gesund leben, sich gesund ernähren und genießen.

Das ist ein Stück Lebensqualität. Dabei spielen Obst und Gemüse sowie Milch, Käse, Joghurt und Co. eine wesentliche Rolle. Leider können manche Menschen, Kinder und Erwachsene dies wegen häufiger Bauchschmerzen, Völlegefühl und Blähungen nicht mit Genuss erleben. Manchmal kommt es vor, dass bestimmte Zucker nur

begrenzt verdaut werden können und bei Überangebot Probleme im Bauch machen. Am häufigsten findet man diese Probleme beim Fruchtzucker, der leider nicht nur in Obst und Fruchtsäften vorkommt, sondern auch oft in Fertigprodukten, Süßigkeiten und industriell verarbeiteten Nahrungsmitteln als preiswertes Süßungsmittel beige-setzt wird, so dass unbemerkt häufig täglich große Mengen davon gegessen werden.

Aber auch der Milchzucker, vorkommend in Milch und Milchprodukten, kann Sorgen bereiten, wenn die vertragene Menge im Darm überschritten wird. Durch eine einfache Atemluftmessung nach einer Nüchternphase kann man diesen Problemen auf die Spur kommen. Die gute Nachricht: es ist nicht wie bei einer Nahrungsmittelallergie, bei der ggf. eine strikte Vermeidung erforderlich ist. Nein, bis zur tolerierten Menge pro Mahlzeit ist der Verzehr

dieser Zucker nicht nur erlaubt sondern sogar erwünscht. Denken Sie also bei unklaren Bauchbeschwerden auch an diese Auslöser, Fruchtzucker und Milchzucker und lassen Sie gegebenenfalls einen entsprechenden Wasserstoffatmetest durchführen, damit Sie wieder genießen können.

**Dr. med. S. Simmet**  
Facharzt für Kinderheilkunde  
und Jugendmedizin



Gartenstraße 3  
76889 Schweigen-Rechtenbach  
Tel.: 0 63 42 / 62 38  
web: www.kinderarzt-simmet-schweigen.de

