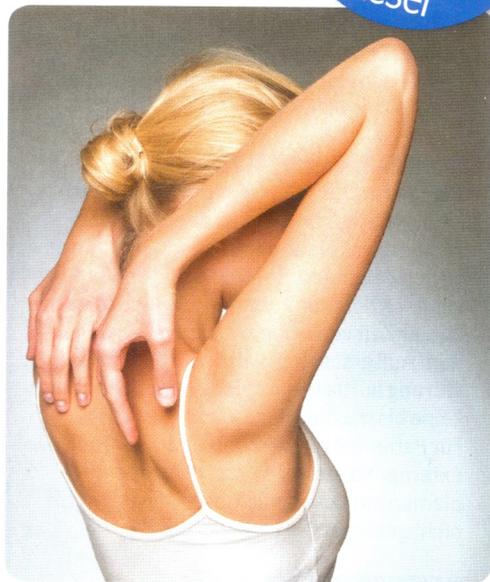




gesund&fit



Experten-Sprechstunde

SIE FRAGEN - WIR ANTWORTEN

EXPERTEN ANTWORTEN: Auf www.gesund24.at haben Leser/-innen die Möglichkeit, Fragen an Gesund-Profis zu stellen. Einige davon werden hier beantwortet.

Elektrotherapie bei Rückenschmerzen?

Frage: Meine langjährigen Rückenschmerzen werden trotz regelmäßiger Rückengymnastik nicht besser. Kann eine Elektrotherapie helfen?

Antwort: Bestehen trotz intensiver Gymnastik Schmerzen, werden diese nicht nur muskulärer Natur sein. Es gilt abzuklären, ob bereits degenerative Veränderungen, wie Bandscheibenabnützungen, vorliegen. Diese können zur Instabilität der Wirbelkörper und in weiterer Folge zu Wirbelgleiten führen, was die kleinen Gelenke schädigt (Anmerkung: Spondylarthrose). Diese Wirbelgelenksarthrosen können bei Belastung Schmerzen verursachen. Hier wird die klassische Elektrotherapie (Reizstromtherapie) – wenn überhaupt – nur kurzfristig helfen. Helfen kann eine Behandlung mit transcutaner elektrischer Nervenstimulation (Anm.: TENS). Hierbei wird durch elektrische Impulse die Schmerzleitung zum Gehirn unterbrochen. Eine längerfristige Schmerzausschaltung ist mit der Radiofrequenztherapie möglich.

Was tun bei Neurodermitis? Das kann helfen

FRAGE: Meine Tochter hat schwere Neurodermitis. Wir haben so ziemlich alles probiert – gibt es denn keine Hilfe?

ANTWORT: Neurodermitis, auch atopisches Ekzem genannt, ist eine veranlagte Neigung zu Allergie und Unverträglichkeit, welche sich durch Rötung, Schuppung und Juckreiz an verschiedenen Körperstellen zeigen kann. Die Ekzeme können bereits im Kindesalter auftreten und die Lebensqualität massiv einschränken. Neben der klassischen Behandlung mit Pflegesalben, Kortisonsalben und Antiallergika gibt es neue Therapieansätze. Neben dem klassischen Allergietest hat sich als Ergänzung eine Testung auf Nahrungsmittelunverträglichkeiten bewährt. Auch kann im Rahmen komplementä-



rer Heilmethoden gerade bei Kindern das atopische Ekzem gebessert werden. Neben der bisher bewährten Therapie einer UVB-Bestrahlung hat in den letzten zwei Jahren die Therapie mit Blaulicht ebenfalls zu guten Erfolgen geführt.

DR. SABINE SCHWARZ
Fachärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten.
www.hautzentrum-wien.at



Eisenmangel verhindern?

FRAGE: Angst vor Eisenmangel – was hilft am besten?

ANTWORT: Eisenmangel betrifft häufig viele junge Frau-

Gute Eisenlieferanten sind u. a. Fleisch, Fisch, Hülsenfrüchte, Weizenkleie, Hirse, Petersilie, Kresse, Fenchel und Johannis-

