



## Sprechstunde

DR. MED. WOLFGANG EXEL  
INTERVIEWT SPEZIALISTEN  
AUS ALLEN GEBIETEN DER MEDIZIN  
AUCH ONLINE UNTER  
[www.krone.at/gesund-fit](http://www.krone.at/gesund-fit)

**?** Manfred S. (48): „Ich leide seit Monaten an für mich unerklärlicher Heiserkeit und trockenem Husten. Meine Lunge wurde untersucht – alles in Ordnung. Auch der Hals ist völlig in Ordnung. Allerdings meinte der HNO-Arzt, dass diese Beschwerden von zuviel Magensäure kommen könnten. Ist das möglich? Ich habe tatsächlich immer wieder Sodbrennen.“

**?** Die Wahrscheinlichkeit, dass die genannten Symptome durch einen



Univ.-Doz. Dr. Martin Riegler, Facharzt für Chirurgie, Reflux Medical Zentrum Wien.  
Informationen: ☎ 01/336 65 65,  
[www.refluxmedical.com](http://www.refluxmedical.com)

# Heiser durch Magensäure?

Überschuss an Magensäure bedingt sind, ist in diesem Fall recht hoch. Fließt nämlich Magensäure in die Speiseröhre zurück, so liegt eine sogenannte Refluxkrankheit vor. Die Schleimhaut der Speiseröhre ist für diese starke Säure nicht gerüstet und wird angegriffen. Mit typischen Folgen wie Sodbrennen, aber eben auch Heiserkeit bis hin zum Stimmverlust und Hustenreiz.

Ursachen können eine gestörte Ventilfunktion im Bereich des Mageneinganges sowie natürlich „Sünden“ sein: Rauchen, zuviel Alkohol, falsche Ernährung oder auch

Stress. Um der Sache auf den Grund zu gehen, empfehle ich eine schmerzfreie Spiegelung der Speiseröhre



sowie eine Druck- und Reflux-Messung. Man weiß dann, ob das sogenannte Anti-Reflux-Ventil am unteren Ausgang der Speiseröhre tatsächlich beeinträchtigt ist. Und wenn ja, in welchem Ausmaß.

Nach der Diagnose richtet sich die Behandlung. Bestätigt sich etwa ein Zurückschließen von Magensäure, genügt einem Großteil der Patienten bereits eine gezielte Umstellung der Ernährungsgewohnheiten. Konkret: Speisen und Getränke meiden bzw. wenigstens stark einschränken, die eine Überproduktion von Magensäure fördern.

Bei starken Akutbeschwerden wird der Arzt vorübergehend entsprechende Medikamente verordnen.

Foto: pathdoc - stock.adobe.com

# Venencheck vor Fernreise

**?** Sabine G. (39): „Ich habe im Herbst eine Fernreise in eine heiße Gegend gebucht. Im Sommer hat sich herausgestellt, dass ich in der Wärme Krampfadern bekommen habe. Kann ich die Reise trotzdem antreten?“

**?** 90 Prozent der erwachsenen Bevölkerung leiden an Veränderungen im Venensystem. Rund ein Viertel der Menschen zwischen 18 und 80 haben Krampfadern (Varizen).

Bei langen Flugreisen kann das tatsächlich zum Problem werden, weil zur geringen Bewegungsfreiheit der niedrige Luftdruck und die trockene Luft als weitere Risikofaktoren hinzukommen. Durch das lange Sitzen staut sich das



Im Flugzeug nicht nur sitzen – bewegen!

Foto: fotum - stock.adobe.com

Blut in den Beinen. Im schlimmsten Fall kann eine lebensgefährliche Thrombose (Blutpfropfen, der ein Blutgefäß verschließt) mit

der Gefahr einer Lungenembolie (der Pfropfen löst sich, wandert in die Lunge und verschließt dort ein Blutgefäß) eintreten.



Dr. Andrea Ronfeld,  
Fachärztin für Chirurgie, Gefäßchirurgie,  
Phlebologin aus Kindberg (Steiermark).  
Informationen: ☎ 03865/20 23 50,  
[info@dr-ronfeld.at](mailto:info@dr-ronfeld.at), [www.dr-ronfeld.at](http://www.dr-ronfeld.at)

### So kann man vorbeugen:

☛ **Venencheck** – lassen Sie rechtzeitig Ihr Venensystem bei einem Spezialisten (Phlebologen) mittels Ultraschall untersuchen. Anschließend werden Sie individuell beraten, welche Vorsichtsmaßnahmen speziell Sie treffen sollten. Bei erhöhtem Thrombosrisiko kann die Blutgerinnung mit Medikamenten vermindert werden.

☛ **Bewegung** – wählen Sie im Flugzeug möglichst einen Platz am Gang, weil Sie dort die Beine ausstrecken können. Immer wieder Zehen und Füße bewegen, nicht die Beine übereinander schlagen! In kürzeren Abständen aufstehen, in den Zehenstand gehen, im Gang auf und ab gehen.

☛ **Kompressionsstrümpfe** tragen! Diese unterstützen die Venenfunktion und beugen Schwellungen vor.