



2002 führten deutsche Ärzte knapp 600000 ambulante OP's durch. 2011 waren es bereits 1,9 Millionen ...

Besser eine zweite Meinung einholen

6 Operationen, die oft unnötig sind

Eine aktuelle Studie liefert erschreckende Zahlen: In kaum einem anderen Land wird so viel operiert wie in Deutschland – Tendenz steigend. Doch warum greifen deutsche Ärzte so schnell zum Skalpell? Die Kassen vermuten Profit-Gier vor, denn für manche Operationen erhalten die Krankenhäuser auf einen Schlag mehrere tausend Euro. So liegt tatsächlich der Verdacht nahe, dass hierzulande immer häufiger vorschnell oder gar überflüssig operiert wird, statt erst einmal sanftere Behandlungsmethoden anzuwenden. Hier nennen wir sechs Operatio-

nen, bei denen Sie besonders vorsichtig sein und vorher lieber eine zweite Expertenmeinung einholen sollten.

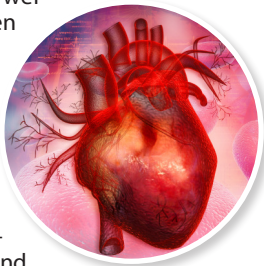
1 Entfernung der Gallenblase
Bei Gallensteinen raten viele Ärzte gleich zu einer Operation, bei der die Gallenblase (sitzt unter dem rechten Rippenbogen) entfernt wird. Doch Fakt ist: Mindestens 30 Prozent dieser Eingriffe sind überflüssig. Denn oft können die Steine auch mit Medikamenten aufgelöst werden. Eine alternative Behandlung ist die Stoßwellentherapie. Erst

wenn diese Möglichkeiten ausgeschlossen sind, sollte operiert werden.

2 Abschleifen des Schulterknochens
Hinter häufigen, starken Schulterschmerzen steckt meist das Schulter-Enges-Syndrom. Hierbei wird der Oberarmkopf nicht mehr richtig von der Muskulatur gehalten und stößt am Schulterdach an. Oft wird dann ein Stück des Knochens abgefräst. Doch Studien zeigen: Die Operation bringt nur sehr selten dauerhafte Linderung. Besser ist eine regelmäßige Physiotherapie.

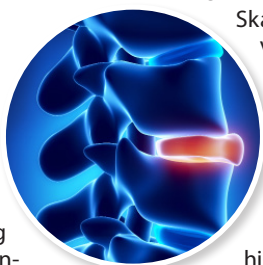


3 Herzkatheter-Untersuchung
Diese Untersuchungs-Methode sollte nur dann durchgeführt werden, wenn Verfahren wie die Herz-Computertomografie keine konkrete Diagnose liefern. Risiken der Katheter-Untersuchung sind Nachblutungen, Blutergüsse oder sogar ein Herzinfarkt. Laut Experten sind 50–75 Prozent der Eingriffe überflüssig.



4 Spiegelung des Kniegelenks
Bei einer Knie-Arthrose wird hierzulande immer noch zu häufig zu einer Arthroskopie (Gelenkspiegelung) geraten. Dabei handelt es sich um einen Eingriff, bei dem das Gelenk gespült und die Knorpelflächen geglättet werden. Die Hälfte dieser Eingriffe sind nach neuesten Schätzungen sinnlos. Vorteilhafter ist regelmäßige Kniegymnastik. Die Schmerzen lassen sich zudem sehr gut mit der Injektion von Hyaluronsäure behandeln.

5 Operative Eingriffe an verrutschten Bandscheiben
Rund 80 Prozent aller Rücken-OPs gelten als entbehrlich. Gerade bei Bandscheibenvorfällen wird häufig vorschnell zum Skalpell gegriffen. Dabei verschwinden die Schmerzen in acht von zehn Fällen auch ohne Eingriff – durch Reha-Übungen, Wärme-Anwendungen und Entzündungshemmer. Kommen jedoch Lähmungserscheinungen hinzu, ist eine Operation in der Regel unumgänglich.



6 Gebärmutter-Entfernung
Auch bei einer gutartigen Geschwulst (Myom) in der Gebärmutter wird das Organ oft ganz entfernt. In 90 Prozent der Fälle absolut unnötig – und wegen der hormonellen Veränderungen oft mit Nebenwirkungen wie Depressionen verbunden. Alternativen: medikamentöse Behandlung oder eine Gebärmutter-erhaltende Myom-Operation.

Fotos: Shutterstock (6)

„Kann ein Eingriff mein Lustempfinden wieder steigern?“

„Ich (43) hatte drei Geburten, die alle sehr schwer waren und Spuren in meinem Intimbereich hinterlassen haben. Darum bin ich beim Sex immer etwas gehemmt und angespannt. Noch schlimmer ist jedoch, dass ich beim Geschlechtsverkehr kaum etwas spüre. Könnte mir eine der neuen Intim-Operationen helfen, von denen man jetzt öfter hört?“
Liane P., Aachen

Mini : Viele Eingriffe im vaginalbereich, etwa die Schamlippen-Verkleinerung, dienen eher der Schönheit, als dass sie Einfluss auf die Orgasmusfähigkeit haben. Es gibt aber tatsächlich Operationen, die das Lust-Empfinden verbessern können. So besteht die Möglichkeit, den G-Punkt mit Eigenfett oder Hyaluronsäure aufzuspritzen. Damit vergrößert sich die Reibung beim

Akt, was den Lustgewinn der Frau steigert. Der Eingriff dauert etwa 30 Minuten, der Effekt hält bis zu einem Jahr. Kosten: ca. 1000 Euro. Eine andere Möglichkeit ist die Scheiden-Plastik. Um die Vagina zu verengen, entfernt der Chirurg dabei überschüssiges Gewebe und hebt das Muskelgewebe an. Die OP dauert ca. zwei Stunden und kostet um 2500 Euro. Die Kassen be-

zahlen die Eingriffe nicht. Wichtig: Lassen Sie sich von Ihrem Frauenarzt eingehend beraten, denn auch diese OP's sind – wie alle Eingriffe – mit einem gewissen Risiko behaftet. Bei der Arzt-Wahl sollten Sie neben der gynäkologischen auf eine chirurgische Ausbildung achten. Dabei hilft z.B. die Gesellschaft für ästhetische und rekonstruktive Intimchirurgie: www.gaerid.de.

MEDIZIN-NEWS

Unbehandelter Bluthochdruck greift Gefäße an

Rund 35 Millionen Deutsche leiden unter zu hohem Blutdruck.



Darunter leiden besonders die Blutgefäße, was die Gefahr von Arterienverkalkung, Herzinfarkt oder auch Schlaganfall erhöht. Übergewicht und Stress verstärken die Risiken noch. Wichtig für gesunde und elastische Gefäße sind vor allem eine ausgewogene Ernährung und viel Bewegung. Laut einer Studie können zudem die Aminosäuren L-Arginin und L-Ornithin (z.B. in Caneacor 2 plus, Apotheke) die Durchblutung positiv beeinflussen und Gefäße von ersten Ablagerungen reinigen.

Mundwasser hemmt Tumorwachstum

Mundwasser erfrischt nicht nur den Atem, es hilft möglicherweise auch bei Krebs in Mund und Rachen. Untersuchungen zeigen, dass Mundwasserwirkstoffe wie Chlorhexidin und Alexidin das Tumorwachstum stoppen können, so die Gesellschaft Deutscher Chemiker.

Ingwer nach der Chemotherapie

Übelkeit ist eine häufige Nebenwirkung von Chemotherapien. Eine gute Hilfe ist dann Ingwer. Heidelberger Forscher



entdeckten, dass Inhaltsstoffe der Knolle die Produktion eines Botenstoffes hemmen, der das Brechzentrum im Gehirn aktiviert. Bei Unwohlsein 1–2 g frischen Ingwer in kleinen Stücken kauen oder mit 150–250 ml Wasser aufkochen, 5 Minuten ziehen lassen und dann den Tee in kleinen Schlucken trinken.