

Eßlinger Zeitung

SERVICE

29. April 2009

MEDIZIN UND GESUNDHEIT • SERVICE • WETTER • FERNSEHEN UND HÖRFUNK

25

Impfstoff gegen Pneumokokken

Köln (tmn) – Für Kinder im ersten und zweiten Lebensjahr steht ein neuer Impfstoff gegen Pneumokokken zur Verfügung. Konnte bisher nur gegen sieben der zehn in Deutschland und Europa am häufigsten vorkommenden Pneumokokken-Typen geimpft werden, schützt der neue Impfstoff gegen alle zehn Typen. Darauf weist der Berufsverband der Kinder- und Jugendärzte (BVKJ) in Köln hin. Der Stoff decke auch die drei Typen 1, 5 und 7F ab. Vor allem Letzterer sei für Todesfälle und schwere Erkrankungen verantwortlich. Da Kleinkinder ein noch unreifes Immunsystem haben, könnten Pneumokokken bei ihnen besonders schwere Erkrankungen, sogenannte invasive Pneumokokken-Infektionen hervorrufen. Es bestehe die Gefahr, dass sie lebensbedrohliche Entzündungen der Lunge oder der Hirnhäute oder auch eine Blutvergiftung auslösen, warnt der BVKJ. Nach Empfehlung der Ständigen Impfkommission (STIKO) sollten alle Kinder bis zum zweiten Geburtstag gegen Pneumokokken geimpft werden. Der neue Impfstoff kann dem BVKJ zufolge zeitgleich mit den Standard-Kinderimpfungen in den ersten beiden Lebensjahren verabreicht werden.

■ www.kinderaerzte-im-netz.de

Auch Cholesterinwerte der Kinder checken

München (tmn) – Eltern mit hohen Blutfettwerten sollten auch den Cholesterinspiegel ihres Kindes überprüfen lassen. Denn auch schlanke Kinder können zu hohe Werte haben, warnt die Lipid-Liga in München. Fettstoffwechselstörungen beruhen nicht allein auf einem ungesunden Lebensstil. Bei einem von 500 Neugeborenen sind sie angeboren. Zu hohe Werte sind gefährlich, weil das sogenannte schlechte LDL-Cholesterin zu Arterienverkalkung führen kann. Damit steigt das Risiko für Herz-Kreislauferkrankungen schon bei jungen Menschen. Wichtig sei daher, nicht nur das Gesamtcholesterin zu bestimmen, sondern die einzelnen Konzentrationen für das LDL, das sogenannte gute HDL-Cholesterin und die Triglyzeride. Zur Vorbeugung empfiehlt Professor Achim Weizel, der Vorsitzende der Lipid-Liga, Kindern wie Erwachsenen dreimal in der Woche eine halbe Stunde Ausdauersport. Außerdem sei eine gesunde und ballaststoffreiche Mischkost ratsam – mit viel Obst und Gemüse.

■ www.lipid-liga.de

Früh erkennen – früh helfen

Wie man Gewalt gegen Kinder verhindern kann – Tipps der Plochinger Heilpädagogin Claudia Binzer

VON NORBERT KRAUSS

Esslingen – Elterliche Gewalt gegen Kinder hat ihre Ursachen oft im Zusammenspiel psychosozialer Belastungen: Eltern, die selbst misshandelt oder vernachlässigt worden sind und wenig Zuwendung erfahren haben. Diese Eltern sind mit der Erziehung ihrer Kinder überfordert. Frühzeitiges Erkennen von Gefährdungen ist der entscheidende Schritt, um dem entgegenwirken zu können. Dieser Bereich ist nach Einschätzung der Plochinger Heilpädagogin Claudia Binzer in Deutschland noch unterentwickelt. Müttern, die in Armut lebten, solle geholfen werden, ihre Kinder so zu erziehen, dass sie widerstandsfähig seien. Langzeituntersuchungen hätten die Notwendigkeit gezeigt, dass eine Mutter frühzeitig eine sichere Bindung zu ihrem Kind aufbaue. Je früher Prävention einsetze, umso effektiver sei die Hilfe.

Die Diplom-Heilpädagogin hat die Problematik der Frühen Kindheit kürzlich auf einem Fachtag der Evangelischen Gesellschaft (EVA) in Stuttgart zum Thema „Resilienz in der sozialen Arbeit“ dargestellt. Es handele sich hier um präventive Maßnahmen, die seelische und physische Gesundheit dauerhaft ermöglichen sollen. Ein Ziel sei es, Schnittstellen zwischen der Jugendhilfe und dem Gesundheitssystem zu schaffen, um aufwendigere stationäre Hilfen später zu verhindern.

Stärkung der Eltern-Kind-Bindung

Claudia Binzer bezieht sich auf das Frühinterventionsprogramm STEEP (übersetzt: „Schritte zu einer effektiven und erfreulichen Elternschaft“). Es ist entstanden aus der Minnesota-Studie, die seit mehr als 30 Jahren die Interaktion zwischen Müttern und Säuglingen unter besonders schwierigen Lebensbedingungen beobachtet hat – und das jetzt schon in der dritten Generation. Angestrebt wird die Stärkung der Eltern-Kind-Bindung von der Schwangerschaft bis zum zweiten Lebensjahr. Besonders Mütter aus Hochrisiko-Konstellationen sollen dabei unterstützt werden. Das Programm schafft die Voraussetzung, dass Eltern in ihre Aufgaben hineinwachsen können. Dies geschieht unter anderem durch ein Videointeraktionstraining. Über zwei Jahre hinweg finden Hausbesuche und Gruppentermine im wöchentlichen Wechsel statt.

Die Heilpädagogin beschreibt diese Methode, für die sie ein Zertifikat hat, als hochwirksam. So helfe sie auch Gewalt, denen Kinder ausge-



Die Zukunft eines Kindes entscheidet sich oft schon im Vorschulalter. Die Plochinger Heilpädagogin Claudia Binzer (rechts): Ziel von STEEP ist die hinreichend gute Mutter.



Fotos: Bulgrin/dpa

liefert sein können, zu verhindern. Denn wenn sich die Zuwendung verbessere, verbessere sich auch das kindliche Verhalten.

Wichtige Ergebnisse dieser Studie: ■ Frühe Beziehungserfahrungen haben einen durchgängigen Einfluss über die Jahre hinweg, sogar wenn der Einfluss nachfolgender Erfahrungen und späterer Umstände kontrolliert wurde.

■ Erfahrungen bauen aufeinander auf und nehmen fortwährend zusammen mit dem gegenwärtigen Kontext Einfluss.

■ Die herausgehobene Rolle von Erwachsenen-Partner-Beziehungen.

■ Die zunehmend aktive Rolle der Personen selbst in der Gestaltung ihrer eigenen Entwicklung.

■ Das Zusammenspiel von Erfahrung, Repräsentation und laufender Anpassung.

Während STEEP in Norddeutschland flächendeckend vertreten ist, lässt die Verbreitung in Süddeutschland noch zu wünschen übrig. Die Ausbildung erfolge zwar in Offenburg im „Haus des Lebens“, doch bestünden unter anderem im Raum Stuttgart – Esslingen Vorbehalte, beklagt Claudia Binzer: „Leider sieht das Jugendamt Esslingen noch nicht ein, derart wirksame Hilfen zu unterstützen. Betroffene Familien mit sozialen und psychischen Risikofaktoren werden nicht erfasst,

obwohl gerade diese Familie Unterstützung dringend brauchen.“ Finanziert werde diese Präventivmaßnahme über die Jugendhilfe.

Eine ähnliche Methode sei die entwicklungspsychologische Beratung (EPB). Dabei würden Videoaufnahmen von Mutter und Kind gemacht und anschließend mit der Mutter besprochen. Die EPB sei jedoch nur empfehlenswert bei nicht belasteten Müttern, meint die Heilpädagogin. Bei STEEP werde das soziale Umfeld einbezogen. Neben Einzelgesprächen werde ein soziales Netz in Gruppen aufgebaut. Es werde keine Mutter entlassen, wenn sie nicht eine Perspektive habe. Es sei wünschenswert, die Frauen möglichst während der Schwangerschaft zu erfassen.

Da diese Mütter durch psychische Auffälligkeit oder Suchtprobleme bekannt seien, sieht Claudia Binzer die Jugendämter in der Pflicht: „Sie können ein so wirkungsvolles Programm nicht ignorieren.“ Sie selber hat schon Jahre damit in ihrer Psychologisch-heilpädagogischen Praxis gearbeitet. Es seien allerdings derzeit zu wenig Frauen für eine Gruppe, was eigentlich notwendig wäre.

Die in der Regel jungen Mütter sollen lernen, auf ihr Kind feinfühlig zu reagieren und Signale des Kindes zu verstehen. Ziel sei nicht die perfekte Mutter, sondern die hinreichend gu-

te Mutter. Deshalb sei es mit entscheidend, deren Selbstwertgefühl zu steigern.

■ www.eva-stuttgart.de

■ www.gerhard-suess.de

■ Literatur: Martha Farrell / Byron Egeland: Die Stärkung der Eltern-Kind-Bindung. Kllett-Cotta, Stuttgart.

ZIELE VON STEEP

■ Förderung gesunder sowie realistischer Einstellungen und Erwartungen bezüglich Schwangerschaft, Geburt, Erziehung des Kindes und der Eltern-Kind-Beziehung.

■ Verständnis für Kindesentwicklung und realistische Erwartungen bezüglich kindlichen Verhaltens fördern.

■ Förderung feinfühligere und vorhersehbarer Reaktionen der Eltern auf die Signale des Kindes.

■ Befähigung der Eltern zur Perspektivenübernahme: mit den Augen des Kindes sehen.

■ Auf die Gestaltung einer häuslichen Umgebung hinwirken, die sicher, vorhersehbar und entwicklungsförderlich ist.

■ Hilfestellung für Eltern bei der Etablierung sozialer Hilfen für sich und ihr Kind.

■ Hilfestellung für Eltern bei der Etablierung angemessener Handlungsstrategien im Alltag.

■ Aufbau und Stärkung der Kompetenzen und des Selbstbewusstseins der Eltern.

Arzneikombination verhindert Infarkt

Köln (AP) – Bei akuten Durchblutungsstörungen des Herzmuskels senkt die Kombination von Acetylsalicylsäure (ASS) und Clopidogrel das Infarkt-Risiko. Vor allem in der Frühphase eines akuten Koronarsyndroms könnten beide Mittel besser Blutgerinnsel verhindern, berichtet das Institut für Qualität und Wirtschaftlichkeit im Gesundheitswesen. Die zwei Medikamente hemmen über verschiedene Wege die Blutgerinnung, allerdings auf Kosten einer erhöhten Blutungsgefahr. Zugelassen ist Clopidogrel in Kombination mit ASS für das akute Koronarsyndrom, also schwere Durchblutungsstörungen des Herzens bis hin zum akuten Infarkt. Mitarbeiter des Instituts werteten fünf Studien aus, die bei akutem Koronarsyndrom den Effekt von Clopidogrel plus ASS mit einer alleinigen ASS-Behandlung verglichen. Die Analyse deutet darauf hin, dass die zusätzliche Gabe von Clopidogrel im Krankenhaus die Infarktrate stärker senkt als ASS allein. Für den Therapieerfolg ist laut Angaben des Instituts vermutlich auch der Zeitpunkt des Therapiebeginns wichtig. Demnach profitieren Patienten insbesondere dann, wenn die Therapie spätestens sechs Stunden nach dem ersten Auftreten der Symptome anfängt.

MEDIZIN AKTUELL

Hörvermögen prüfen lassen

Berlin (tmn) – Regelmäßige Kontrollen des Hörvermögens helfen, eine Hörschwäche zu vermeiden. Denn diese macht sich oft erst nach Jahren bemerkbar, weil das Hörvermögen langsam abnehme. Darauf weist die Verbraucher Initiative in Berlin anlässlich des heutigen „Tags gegen Lärm“ hin. Der Unterschied zum gesunden Gehör verblasse nach und nach, und die Betroffenen empfinden das eingeschränkte Hören als normal.

Risiko bei Leberflecken

Berlin (tmn) – Besteht bei Hautveränderungen wie Leberflecken ein Entartungsrisiko, ist eine Entfernung sinnvoll. Darauf weist der Berufsverband der Deutschen Dermatologen in Berlin hin. Klarheit bringe in einem solchen Fall eine genaue Untersuchung beim Hautarzt. Dabei wird das Risiko ermittelt, dass sich aus den gutartigen Zellen bösartige entwickeln.

Erkrankung der Schilddrüse

Wiesbaden (tmn) – Eine regelmäßige Untersuchung der Schilddrüse kann Krebs vorbeugen. Vor allem Über-35-Jährige oder diejenigen, die Anzeichen einer Über- oder Unterfunktion der Schilddrüse bemerken, sollten sich einmal im Jahr von einem Arzt untersuchen lassen. Darauf weist der Berufsverband Deutscher Internisten in Wiesbaden hin.

■ www.internisten-im-netz.de

BÜCHERECKE

Für ein gesundes Herz

(nokr) – Herz-Kreislauf-Erkrankungen kann man vorbeugen und sie oft auch heilen. Durch gesunde Ernährung lässt sich das Risiko um ein Drittel reduzieren. Andrea Flemmer beschreibt im Ratgeber „Das Anti-Herzinfarkt-Ernährungsbuch“ die positiven Einflüsse der Ernährungsumstellung. Dadurch kann man zum Beispiel die Selbstheilungskräfte im Organismus fördern. Die Autorin klärt über Ernährungsstunden ebenso auf wie über herzstärkende Inhaltsstoffe von Lebensmitteln. Mehr Gemüse und Obst, abwechslungsreiche Mahlzeiten und viel Bewegung sind die Devise. Damit der Leser die guten Tipps gleich in die Praxis umsetzen kann, erhält er jede Menge köstliche Rezepte, die zeigen, dass man herzgesundes Essen durchaus genießen kann. Vieles ähnelt der mediterranen Kost; auch Ideen für die schnelle Küche sind dabei.

■ Andrea Flemmer: Das Anti-Herzinfarkt-Ernährungsbuch. Verlag Felix, Wintrich. 192 Seiten, 19,95 Euro.

Haustiere trotz Allergie

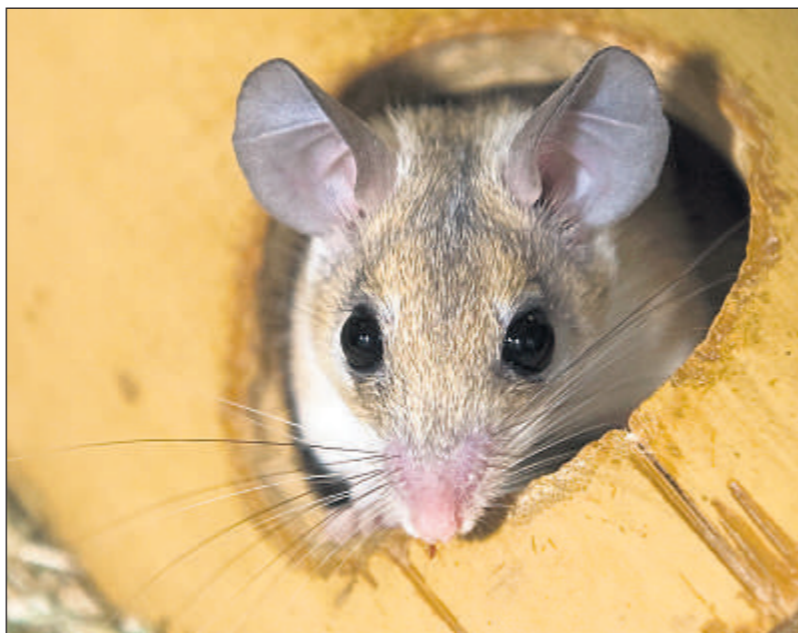
Kein Niesen durch die Schildkröte – Tiere ohne Haare rufen äußerst selten allergische Reaktionen hervor

VON SASCHA RETTIG

Bonn/Berlin – Sobald eine Katze in der Nähe ist, geht es los: Die Augen brennen, die Nase läuft, die Haut juckt. Allergien gegen Haustiere sind weit verbreitet. Tritt eine Allergie auf, muss auf den Schützling aber nicht zwangsläufig verzichtet werden, sagt Sabine Merz von der Bundestierärztekammer in Bonn: Wer schon ein Tier hat, kann bei einer leichteren Reaktion erst einmal versuchen, im Alltag und in der Wohnungseinrichtung einiges zu verändern. Und für Menschen mit heftiger Allergie gibt es Alternativen: Tierarten, deren Vertreter nur selten allergische Reaktionen auslösen.

Laut Tierärztin Sabine Merz ist das Weggeben des Tieres nur das letzte Mittel. Bei einer leichteren Allergie sollte der Betroffene zunächst noch mehr auf Hygiene achten und die eigenen vier Wände etwas umgestalten. „Meist werden die Allergien nicht durch die Haare ausgelöst, sondern durch Speichel, Körpersekrete oder Hautschuppen.“

Vor allem bei Katzen werden zwar Eiweißmoleküle an den Hausstaub gebunden und können monatelang in der Wohnung bleiben, ohne dass Wischen oder Saugen hilft. Bei allen anderen Tieren ist es laut Merz aber



Putzig, aber Allergiker haben unter Umständen keine Freude an ihnen: Mäuse zählen zur Hochrisikogruppe der allergieauslösenden Tierarten. Foto: dpa

sinnvoll, oft feucht zu wischen. „Ideal wäre es daher auch, auf Teppichböden zu verzichten und stattdessen Laminat zu verlegen.“ Zudem sollten die Tiere nicht ins Schlafzimmer dürfen.

Auf welche Tiere jemand allergisch reagiert, lässt sich mit einem Test

feststellen. Es ist aber individuell sehr unterschiedlich, wie und wie stark die Allergien ausgeprägt sind. Hat ein Halter aber eine Allergie entwickelt und lebt weiter mit seinem Tier zusammen, kann es zum „Etagsprung“ kommen, nach dem auch die Lunge betroffen ist.

„Je häufiger der Kontakt, desto schlimmer wird die Allergie“, sagt Wolfgang Harth, Chefarzt der Vivantes-Klinik für Dermatologie und Allergologie in Berlin. „Aus einer Allergie, bei der zunächst nur Augen und Nase betroffen sind, können massive Beschwerden bis hin zum Asthma entstehen.“ Auch wenn es schwerfällt, ist es laut Harth dann wichtig, jeden Kontakt zu vermeiden. Oft geht es um Katzen: „Sie gehören zu den Tieren mit dem höchsten Risiko, Allergien auszulösen“, sagt Merz. „Ebenfalls in diese Hochrisikogruppe der allergieauslösenden Tierarten gehören Meeresschweinchen, Ratten, Mäuse, Goldhamster, Pferde und Kühe.“ Bei Hunden bestehe dagegen nur ein mittleres und bei den meisten Vögeln wie den Kanarienvögeln sogar nur ein geringes Risiko.

Auch das Futter kann schuld sein

Es gibt auch Tiere, die nur äußerst selten allergische Reaktionen hervorrufen: „Es existiert zwar keine Generallösung, aber erfahrungsgemäß handelt es sich dabei um Tiere ohne Haare“, sagt Jörg Turk vom Zentralverband Zoologischer Fachbetriebe in Wiesbaden. „Amphibien, Reptilien und Fische zählen

vor allem dazu.“ Doch selbst wer gegen diese Tiere nicht allergisch ist, bei dem ruft möglicherweise das Futter Reaktionen hervor: „Bei der Haltung von Zierfischen reagieren manche beispielsweise auf die Kleinstkrebse“, so Merz. In solchen Fällen könne aber gegebenenfalls ein anderes Familienmitglied alle paar Tage das Füttern übernehmen. Geht es nicht anders, ist es für viele Halter eine traurige Angelegenheit, das geliebte Haustier abzugeben. Es ist auch nicht immer ohne weiteres möglich, den tierischen Ex-Mitbewohner einfach durch einen anderen zu ersetzen, sagt Turk: „Wer ein Kaninchen toll findet, mag nicht auch automatisch Reptilien.“

EINFACH AUSPROBIEREN

Wer trotz bekannter Allergie gegen Hunde, Katzen oder andere Arten nicht auf einen eigenen Vierbeiner verzichten will, muss die Hoffnung auf ein schnief- und juckfreies Leben mit Tier an seiner Seite nicht aufgeben: „Man kann sich in einem Tierheim mit verschiedenen Rassen vertraut machen, um herauszufinden, wie man reagiert“, sagt die Tierärztin Sabine Merz. Denn es könne sein, dass man nicht gegen alle Hunde oder Katzen allergisch ist, sondern bei manch einer Rasse sogar überhaupt keine Reaktionen zeigt.