



JAPRAK



www.lichttherapie.com
fax: 0421- 22 104 26
tel: 0421- 22 104 22

LTT LICHT THERAPIE LEICHT GEMACHT

http. www.lichthansa.de / com. e Mail. info@lichthansa.de

Tel. (+49) 0421- 2210040 -2210422 Fax. 042- 2210041- 2210426

Metabolisches Syndrom SPEZIAL 7.2003

Metabolisches Syndrom:

Die Arteriosklerose ist eine der häufigsten Erkrankungen unserer Zeit. In Deutschland erleiden jährlich 260 000 Menschen einen **Herzinfarkt**, insgesamt sterben 180 000 Menschen pro Jahr an den Folgen der **Koronaren Herzkrankheit (KHK)**; an einem **Schlaganfall** sterben jährlich 170 000 Menschen, wobei jeder Vierte im Rahmen des ganz akuten Krankheitsgeschehens verstirbt und von den Überlebenden wiederum jeder Vierte pflegebedürftig wird.

Ausgelöst wird die Erkrankung durch Ablagerungen an den Gefäßwänden, wodurch es zu Verengungen der betroffenen Blutgefäße kommt. Diese Gefäßablagerungen bewirken eine eingeschränkte Durchblutung, bis hin zum kompletten Gefäßverschluss und den folgebefindenden Erkrankungen, je nach Lokalisation des Gefäßprozesses.

Selbst wenn die **Durchblutungsstörung der Beine (arterielle Verschlusskrankheit / Claudicatio intermittens)** nur in den seltensten Fällen zum Tode führt, ist die Prognose eines daran Erkrankten nicht allzu günstig: denn so ist das Risiko, einen Herzinfarkt zu erleiden, 6-fach erhöht. Die Arteriosklerose ist -um es einmal anders auszudrücken- ein Sammelbegriff für anfänglich nicht entzündliche Veränderungen der Arterien. Ablagerungen in der Wand der Blutgefäße führen durch bindegewebige (fibrinöse) Umbauvorgänge zur Verdickung, zur Verhärtung und zum Elastizitätsverlust der Gefäßwände. Diese Gefäßprozesse verlaufen oft sehr langsam, über Jahre hinweg. Der Patient merkt anfangs nichts von diesen Veränderungen. Erst ab einer Einengung von 50 % des ursprünglichen Gefäßdurchmessers treten Beschwerden auf. Die Blutmenge, die das Gefäß durchfließt, ist reduziert, es kommt zu Durchblutungsstörungen. Entscheidend für das Auftreten eines fatalen Ereignisses (das am Herzen der Herzinfarkt, im Gehirn der Schlaganfall, in den peripheren Blutgefäßen der Beine der akute Verschluss eines Blutgefäßes) ist die Ruptur der instabilen arteriosklerotischen Plaques: dies führt durch komplexe Vorgänge zur Anlagerung von Blutplättchen (Thrombozyten) mit der Folge eines "weißen Blutgerinnsels", das das Gefäß inkomplett oder auch komplett verschließt.

Metabolisches Syndrom - oder tödliches Quartett:

Das gemeinsame Auftreten:

eines Diabetes mellitus ,
einer Fettstoffwechselstörung ,
einer Hypertonie und
der Arteriosklerose vergrößert (potenziert) das Risiko der Entstehung einer solchen Erkrankung um ein Vielfaches.

Inwiefern auch bakteriell ausgelöste Entzündungsprozesse eine Rolle spielen, lässt sich beim gegenwärtigen Forschungsstand noch nicht abschließend sagen.

A. Wie schon erwähnt, ist der **Angina pectoris-Anfall (Brust - Enge)** das vorherrschende Symptom bei der Arteriosklerose der Koronar-Gefäße. Der **Herzinfarkt** drückt die schwerste Form der Veränderung der Manifestation der Arteriosklerose am Herzen aus.

B. Die Bezeichnung **Schaufensterkrankheit (= Claudicatio intermittens)** stellt einen Schweregrad der Manifestation der Arteriosklerose an den Beinarterien dar, die man allgemein als **periphere arterielle Verschlusskrankheit** bezeichnet.

C. Die **akute cerebrale Durchblutungsstörung** bzw. der **Schlaganfall (Apoplex)** die mögliche Folge der Erkrankung am Gefäßsystem des Gehirns.

Sie sehen also, wie eine gleichartige Grunderkrankung zu den verschiedenen Ausprägungen der Erkrankung - je nach Lokalisation der erkrankten Gefäßabschnitte - führen kann.

Eine isolierte Erkrankung - nur der Koronargefäße des Herzens bzw. nur der Beinarterien - ist selten, zumeist ist das gesamte Gefäßsystem durch die Arteriosklerose verändert.

Welche diagnostische Verfahren hat man heute zur Verfügung?

Auch bei dieser Erkrankung kann durch genaue Erhebung der Vorgeschichte und durch ergänzende Testverfahren in den meisten Fällen eine eindeutige Diagnose gestellt werden:

A. **Laborchemische Untersuchungen** (Blutzucker, Blutbildung, Gerinnungswerte, eventuell der Sauerstoffgehalt des Blutes.....

und etwaige Risikofaktoren wie Blutfette, Harnsäure erweitern die Untersuchungen;

B. ebenso ermöglichen **doppler-sonographische Untersuchungen** der

Strömungsverhältnisse in den gehirnversorgenden Arterien ggf. eine genaue Lokalisation von Gefäßverengungen.

C. Die **Ultraschall-Doppler-Untersuchung** der

peripheren Gefäße -verbunden mit der Messung der Blutdrucke- lassen die Schwere der Erkrankung der peripheren arteriellen Verschlusskrankheit einschätzen.

Die röntgenologische Darstellung der Gefäße mittels Kontrastmittel liefert vor dem operativen Vorgehen weitere Detailinformationen, wird jedoch häufig schon ersetzt vom *farbkodierten Ultraschall-Doppler-Verfahren*.

E. Die genaue Lokalisierung und der direkte Nachweis eines Hirninfarktes gelingt durch ein **Computertomogramm (CT)** bzw. ein **Kernspintomogramm** (Magnetresonanztomogramm MRT).

Welche therapeutischen Möglichkeiten gibt es heute?

A. am Herzen:

durch Verabreichung von Medikamenten, die den Koronarverschluss (Thrombus) wieder auflösen (Thrombolyse);

durch eine **Ballon-Dilatation**, d.h. eine Erweiterung der verengten Koronararterie mittels eines Katheters (auch als **Percutane transluminale coronare Angioplastik = PTCA**) bezeichnet. Dadurch kann in vielen Fällen eine erforderliche Bypass-Operation vermieden werden.

Ausführlichere und detaillierte Informationen zu den speziellen Verfahrenstechniken am Herzen:
Herzkatheter - Untersuchung
Bypass - Operation
Ballon - Dilatation PTCA (mit Stent - Einsetzung)

B. an den anderen Gefäßen:

Sollten konservative physikalische und medikamentöse Therapiemöglichkeiten versagen, wird man *chirurgische Möglichkeiten*

diskutieren müssen: dabei kommen infrage: **perkutane transluminale Angioplastie (PTA)**: durch einen in das Gefäß eingebrachten Katheter wird der verengte Gefäßabschnitt aufgedehnt, die schon seit Jahren durchgeführten Möglichkeiten des **Gefäßersatzes** (körpereigene Vene oder prothetischer Ersatz)

bei Versagen aller Möglichkeiten ist die Amputation der betreffenden Gliedmaßen oft die einzige Möglichkeit, Schmerzen zu lindern und weitere Komplikationen der Erkrankung (offene Beine, schwere Infektionen...) zu verhindern.

Wie bleiben meine Arterien fit?

Oberstes Ziel, um Ihre Blutgefäße fit zu halten, ist es Risikofaktoren, die eine Arteriosklerose fördern, zu verhindern bzw. gering zu halten::

achten Sie auf Ihren Blutdruck (Normalbereich) lassen Sie Ihren Blutdruck kontinuierlich überprüfen

ein optimal eingestellter Diabetes mellitus ist optimal normale Harnsäurewerte

verzichten Sie auf Nikotin

normalisieren Sie Ihr Gewicht

trinken Sie genügend Flüssigkeit

ernähren Sie sich altersentsprechend (cholesterinarm)

versuchen Sie, Ihre persönlichen Risikofaktoren zu reduzieren!

versuchen Sie eine gesunde Lebensführung nehmen Sie die Möglichkeiten der Vorsorge- /Gesundheitsuntersuchungen wahr

Außerdem ist **körperliche Aktivität** ein wesentlicher Bestandteil, um eine Arteriosklerose zu verhindern bzw. ihr Fortschreiten aufzuhalten. Jede Art von Sport kann hier helfen. **1 bis 2 Stunde Spaziergehen oder Fahrradfahren sind besonders zu empfehlen, da dafür weder besonderes sportliches Können vorausgesetzt wird noch besondere Sportgeräte notwendig sind. Das allerwichtigste Ziel ist die Prävention!!!!** Nutzen Sie die Ihnen angebotenen **Vorsorge- Untersuchungen**. **Fragen Sie Ihren Arzt nach einem Termin.**

Ein wichtiges Behandlungsprinzip ist, lange genug zu verordnen: der volle klinische Nutzen einer Lichttherapie zeigt sich meist erst nach ein bis zwei Wochen. Die Patienten sind aber wegen der Verlängerung der Behandlungszeit oft nicht bereit, das Instrument weiter zu applizieren. Später aber eine gut verträgliche Option ist hier Lichttherapie, die zudem in der Bevölkerung eine gute Akzeptanz findet.

Die Lichttherapie MS- Depression alternative Therapie.

Unter den unzähligen Lichttherapie Instrumenten, Lichttherapie erwies sich in verschiedenen Tests als besonderes gut antidepressiv wirksam. Da die Wirkung von der Lichtdosierung abhängig ist, wird das relevante in ausreichender Dosierung jeweilige Instrument benötigt. Bei dem Lichttherapie Instrument ist eine Dosierung Einstellung sehr einfach und präzise. Als wirksam für die Depressionsbehandlungen gelten heute Tagesdosen von zwei bis sechs vollen Applikationen. Bei Langzeittherapie (LZT) bestrahlt man die Haut arealweise a 3- 15 Minuten lang mit sichtbare fokussierter Licht. Die würde in kürzere Zeit zu einer starken Lichtabsorption führen . Damit zu einer Therapie Zeit Verkürzung erreichen, sodass das Licht tiefer in die Haut hinein dringt. Ein Elektronischezeitschalter, Distanzhalter als (Dosimetrie) ohne durch unerträgliche Erwärmung in den oberen Hautschichten verhindert. Später als Erhaltungsdosis, Kurzzeittherapie (KZT) auch mit täglichen 1 bis 2malige Intervall benutzt werden kann.

Wie auch immer Ihr persönlicher Therapieplan aussehen mag, die Entscheidung eine Lichttherapie abzusetzen, sollten Sie niemals allein sondern stets in Absprache mit ihrem behandelnder Arzt treffen.

LICHTTHERMOTHERAPIE SYSTEM FOUNDATION- INFO
Tel.(+49) 0421.2210040 -2210422 Fax. 0421.2210041 - 2210426
<http://www.lichthansa.de> /com. e Mail. info@lichthansa.de