

●●● GESUNDHEIT

Woher diese ständige Müdigkeit?

Hämochromatose ist eine vererbte Störung des Eisenstoffwechsels. Viele Betroffene fühlen sich alt und eingerosset, ohne zu wissen, woran das liegen könnte. Es ist eine bleierne Müdigkeit, leicht zu verwechseln mit Burnout-Erscheinungen. Die Betroffenen, vorher oft aktiv und leistungsfähig, erkennen sich selbst nicht wieder.

Woran liegt das? Bei Hämochromatose kann es infolge fehlenden Eiweißes in der Leber über eine vermehrte Aufnahme von Eisen aus dem Darm zur Eisenspeicherung kommen.

Das überschüssige Eisen wird vor allem in Leber, Bauchspeicheldrüse, Herzmuskel, Gelenken und Hirnanhangdrüse abgelagert. Der Gesamtkörpereisengehalt steigt dabei von ca. 2-6 g (Normwert) auf bis zu 30, manchmal bis 80 g.

Dieser Prozess beginnt im jungen Erwachsenenalter und verläuft langsam fortschreitend.

Ohne Behandlung kommt es typischerweise nach etlichen Jahren oder Jahrzehnten zu Leberzirrhose, Diabetes, Herzrhythmusstörungen, Gelenkentzündungen oder Arthrosen.

In Deutschland sind etwa 80 000 Menschen erkrankt. Jeder 10. Bundesbürger ist gesunder Anlageträger des einfachen Gendefekts, etwa jeder 400. hat in seiner Erbanlage den doppelten Gendefekt und damit ein erhöhtes Risiko, Krankheitssymptome zu entwickeln.

Männer wie Frauen können betroffen sein. Letztere erkranken in der Regel erst nach den Wechseljahren. Viele Schwellen sind zu überwinden, bis die richtige Diagnose gestellt wird: Diskriminierung als Hypochonder oder Alkoholiker; Odyssee von Arzt zu Arzt. Dabei ist die Erkennung der Hämochromatose im Prinzip einfach



Erste Anzeichen für Hämochromatose gibt es oft schon in jungen Jahren

Warum zu viel Eisen im Körper gefährlich werden kann

INFOS
Die Hämochromatose-Vereinigung Deutschland (HVD) ist ein Zusammenschluss von Betroffenen.

Aufgaben der HVD sind Hilfestellung bei der Bewältigung der Krankheit sowie Aufklärung der Öffentlichkeit durch Informationsveranstaltungen und Broschüren. Renate Fritsch aus Köln, die Ehrenvorsitzende der HVD, ist Gründerin der ersten deutschen Selbsthilfegruppe für HVD.

Unsere Autorin, Dr. Barbara Butzeck, ist Fachärztin für Radiologie im Grönemeyer-Institut für Mikrotherapie Bochum. Hämochromatose-Vereinigung Deutschland e.V.
Mail: info@haemochromatose.org



Renate Fritsch

und nichtinvasiv. Laborparameter wie Transferrin-Sättigung und Ferritin geben Hinweise auf eine Eisenüberladung. Die endgültige Diagnose sollte durch einen Gentest gesichert werden.

Das Problem der Diagnose besteht indes darin, dass Hausärzte bei Müdigkeit eher an Eisenmangel als an Eisenspeicherung denken. Die Hämochromatose-Vereinigung Deutschland propagiert daher die Einführung der erwähnten Parameter Ferritin und Transferrin-Sättigung in den Routine-Check, bei Männern ab ca. 35 Jahren, bei Frauen nach den Wechseljahren.

Die Behandlung besteht im Wesentlichen in der traditionellen Methode des Aderlasses. Dabei wird das überschüssige Eisen aus dem Körper eliminiert. Technisch funktioniert der Aderlass wie eine Blutspende. Hämochromatose-Betroffene sind auch zu Blutspenden zugelassen, da es sich nicht um eine ansteckende, übertragbare Erkrankung handelt. Ein Gendefekt kann nur an Nachkommen vererbt werden. In früheren Zeiten muss er sogar von Vorteil gewesen sein, besonders in fleischarmen Phasen und mutmaßlich auch während der Pestepidemien im Mittelalter.

Bei der Feststellung der Diagnose gelangt jeder an seine persönliche Weiche. Für viele ist die Diagnose eine Erleichterung, da endlich eine Ursache für langjährige Müdigkeit, Erschöpfung und Schmerzen gefunden wurde.

Für einige kommt die Diagnose zu spät. Die Folgeschäden sind schon zu weit fortgeschritten.

Da es sich um eine Erbkrankheit und damit Familienangelegenheit handelt, sollten Verwandte ersten Grades, insbesondere auch die Geschwister getestet werden.

Dr. Barbara Butzeck

Freizeitmagazin

DA WILL ICH HIN!

Der prisma-Guide für die besten Veranstaltungen im Rheinland

Circus FlicFlac: „EXXTREM“ Das ist nichts für schwache Nerven! Nach fast dreijähriger Tourneepause übertrumpfen sich die Artisten bei tollkühnen Stunts und waghalsiger Akrobatik in Europas größter mobilen Zeltstadt wieder selbst. 16.3.-11.4., Köln/Festplatz Deutz, ab 23,90 €

Schätze der Weltkulturen – Die Großen Sammlungen In 250 Jahren hat sich im ersten



Nationalmuseum der Welt – dem British Museum in London – einiges angesammelt. Nun sind 250 naturwissenschaftliche und kulturgeschichtliche Objekte aus allen Kontinenten und Epochen (Foto: Goldmaske, Kolumbiener) in Bonn zu sehen, bis 7.4., Bonn/Kunst- und Ausstellungshalle der BRD, 11,90 €

440hz – Klassik & Tango: Schumann Camerata/Alexander Shelley Stimmungsvoll und voller Leidenschaft: Tango ist angesagt! Unter der Leitung von Alexander Shelley präsentiert das junge Düsseldorfer Orchester Werke für Cello, Violine und Akkordeon. 9.3., 21.00 Uhr, Düsseldorf/Robert-Schumann-Saal, 25 €

lit.COLOGNE – Köln im Lesefieber 206 Veranstaltungen an elf Tagen – Europas größtes Literaturfestival übertrifft sich im 13. Jahr selbst. Stargäste sind Senta Berger und Friedensnobelpreisträger Kofi Annan. 6.-16.3., Köln/div. Veranstaltungsorte, ab 5,50 €

Kastelruther Spatzen Sie sind eine der erfolgreichsten Volksmusikgruppen Deutschlands und sie werden an einem der schönsten Orte des Landes auftreten: Auf der Freilichbühne, hoch über dem Rhein auf der Loreley. 24.8., St. Goarshausen, ab 43,35 €

Höhner Rockin' Roncalli: Mit „Sternzeiten – Himmelhochhigh in et Levve verknallt“ setzen Höhner und Roncalli-Chef Bernhard Paul ein artistisch-musikalisches Zeichen. „Music meets Manege“ nennt das die Band, die im Zelt ihre schönsten Songs präsentiert. Karten jetzt sichern! 12.-29.9., Köln/Zeltpalast, ab 28,20 €

ABBA The Show Schwelgen Sie in der perfekten Illusion des Disko-Fiebers und erleben Sie Katja Nord und Camilla Dahlin in ihrer Tribute-Show mit Hits wie „Waterloo“ und „The Winner Takes It All“. 16.2.2013, 20.00 Uhr, Köln/LANXESS arena, ab 39,90 €



Lana Del Rey – live

Mit Lana hat die Popwelt eine neue Stilikone gefunden, deren Stimme mit lolitafter Naivität aber auch dem dunklen Timbre einer Jazzsängerin begeistert. Die New Yorkerin dominiert die internationalen Charts mit ihrem zweiten Album „Born to Die“. Jetzt tritt sie erstmals live in Deutschland auf. 17.4.2013, 20.00 Uhr, Düsseldorf/Mitsubishi Electric Halle, 48,35 €



Der besondere Tipp

Crosby, Stills & Nash



Fotos: Veranstalter

Sie waren Höhe- und Endpunkt des Hippie-Zeitalters. 1968 nach einem spontanen Auftritt gegründet, schrieb die Supergroup Musikgeschichte („Marrakesh Express“). Etliche Eskapaden, Bandaufösungen und Superhits später, wurden CSN 1997 in die Rock and Roll Hall of Fame aufgenommen – allerdings ohne Gründungsmitglied Neil Young. Live zu hören sind die Altrocker am 24.6.2013, 19.00 Uhr, Bonn/ KUNSTRASEN bonn gronau, ab 58,70 €

The Jacksons

Im Sommer 2009 starb Michael Jackson. Seine Musik aber ist unsterblich. Spätestens mit dem dritten posthum veröffentlichten Album „Immortal“ steht das außer Frage. Es wurde eines der erfolgreichsten Musikwerke der Geschichte. Auf ihrer ersten Tournee seit 1984 präsentiert die Motown-Formation The Jacksons mit „The Unity“ einen Querschnitt aus ihrer 50-jährigen Musikgeschichte und errichten damit dem King of Pop ein musikalisches Denkmal. 10.3., 19.00 Uhr, Düsseldorf/Mitsubishi Electric Halle, ab 51,50 €



Köln: Ticket West: ticket BONN: ticket

Tickets bestellen: www.prisma.de/ticket oder prisma-Hotline 0221-280 270 370