

## DER LANDARZT



### DREI WÜNSCHE

VON DR. THOMAS ASSMANN

Das vergangene Jahr ist gerade zu Ende, das neue Jahr ist noch jung, noch unverbraucht, fast rein, und deshalb traut sich Ihr Landarzt jetzt mal, ein paar Wünsche für das neue Jahr zu äußern – für sich und seine Patienten. Ich versuche es mal ganz klassisch mit drei Wünschen.

Am letzten Freitag des Jahres 2018 ging es für mich um 7.30 Uhr in meiner Praxis los, und meine Arbeitszeit endete um 22.00 Uhr in der Notfallpraxis, in der ich Bereitschaftsdienst hatte. Zwischen morgens und spätabends habe ich über hundert Patienten behandelt – vom Harnwegsinfekt bis zum Schlaganfall. Mittagessen und Pausen waren ersatzlos gestrichen, denn wir waren eine der wenigen Praxen im Umkreis, die zwischen den Jahren geöffnet hatten.

An besagtem Freitag kam ich entsprechend kaputt abends nach Hause. Doch bevor ich ins Bett ging, blätterte ich noch fix die Tageszeitung durch und fand einen Artikel, in dem ein Kassenvorstand behauptete, Ärzte würden mittwochs- und freitagmorgens immer blaumachen! Als ich das nach diesem arbeitsreichen Tag las, war ich drauf und dran, den Kassenvorstand anzurufen, um stichprobenhaft zu sehen, ob er ebenfalls Nachtdienst macht – wie die Leute, über die er da so locker Dinge behauptete.

Ich war über den Artikel so wütend, dass mein erster Wunsch für das neue Jahr lautet: Respekt – und zwar für die Arbeit der Pfleger, Schwestern und Ärzte. Ich weiß, es gibt viele Menschen, die diesen Respekt haben, und auch Kassenvorstände, die verstanden haben, dass das Gesundheitssystem

nur stabil sein und sich weiterentwickeln kann, wenn alle an einem Strang ziehen. Aber solche Zeitungsartikel machen einfach schlechte Stimmung unter dem medizinischen Personal, und das dient nicht der Patientenversorgung.

Mein zweiter Wunsch für das neue Jahr lautet: Mut – und zwar Mut von Verantwortlichen in Politik und Verwaltung, innovative Versorgungsmodelle für Patienten zu entwickeln und auch einzusetzen. Die meisten Kassen haben genügend Geld, um wirklich moderne Versorgungsstrukturen für die Patienten zu etablieren, aber sie müssen auch die Courage haben, es umzusetzen. Manchmal denke ich, einige Kassen begreifen sich nur als Versicherer und nicht als Dienstleister für ihre Patienten. Das muss aufhören.

Und mein dritter Wunsch lautet: Solidarität. Es geht um das Thema, das ich schon mal beschrieben habe. Auf dem Land leben 60 Prozent unserer Bevölkerung. Diese Gegenden müssen gestärkt werden, sowohl in der medizinischen Versorgung als auch beim Ausbau der Infrastruktur und bei der Digitalisierung. Solidarität muss es aber auch geben zwischen den einzelnen Akteuren der Versorgung. Damit meine ich die Ärzte, Krankenkassen, Pfleger, Schwestern, Apotheker, alle die, die in der ambulanten und stationären Versorgung tätig sind. Nur wer zusammen und zufrieden arbeitet, arbeitet auch gut. Bekommen wir das nicht zeitnah hin, dann werden große Konzerne irgendwann das Sagen in der deutschen Gesundheitsversorgung übernehmen.

Wenn alle meine Wünsche wirklich in Erfüllung gehen, dann müsste es in der Gesundheitsversorgung im kommenden Jahr eigentlich besser laufen – und dann könnte ich ja vielleicht wirklich im nächsten Jahr, so wie es uns ohnehin schon vorgeworfen wird, an einem Mittwochmorgen auf dem Golfplatz stehen und mein Handicap verbessern. Bisher ist das noch nicht möglich, wenn ich meine Patienten ständig versorgen will.

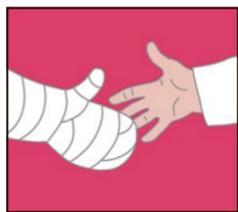
Ihnen, liebe Leser, ein erfolgreiches und gesundes Jahr 2019, und dass Ihre Wünsche in Erfüllung gehen – Ihr Landarzt

Dr. Thomas Assmann, 55 Jahre alt und Internist, hat eine Praxis im Bergischen Land.



## Der Nächste bitte!

Ein paar Worte zu unserem jüngsten Audio-Angebot: „Gesundheit – der F.A.Z.-Podcast“.



Sechs Tage ist das neue Jahr nun schon alt, und da darf man die Frage doch mal stellen: Wie sieht es aus mit Ihren guten Vorsätzen für 2019? Sind Sie noch dran am Sportprogramm und weg vom Glimmstängel?

Wer beim Durchhalten schon nach diesen wenigen Stunden im Jahr 2019 schwächelt, für den haben wir ein paar Tipps. Und zwar in unserem neuesten Audio-Angebot. Die erste Ausgabe von „Gesundheit – der F.A.Z.-Podcast“ finden Sie ab kommendem Dienstag, dem 8. Januar, unter [blogs.faz.net/podcasts](http://blogs.faz.net/podcasts). Dann spricht F.A.S.-Redakteurin Lucia Schmidt mit der Motivationspsychologin Marie Hennecke vom Psychologischen Institut der Universität Zürich unter anderem über die Fragen: Wie erreichen wir die Ziele, die wir uns stecken, auch? Warum ist der Jahresbeginn ein sinnvoller Zeitpunkt für neue Vorhaben, und wie kann man seine eigene Motivation steigern?

Denn auch wir haben einen Vorsatz fürs neue Jahr: Ihnen künftig jede Woche einen Podcast zu präsentieren, in dem wir mit Experten aus Medizin, Fitness und Psychologie über all das sprechen, was Ihre Gesundheit verbessert. Quer über alle Fachgebiete werden wir neue, innovative Behandlungen vorstel-

len, Veränderungen im Gesundheitswesen beleuchten und Tipps geben, wie Sie fit und voller Energie durch den Alltag kommen.

In den nächsten Ausgaben des Podcasts wird es unter anderem um die häufigste Fraktur beim Menschen – den Oberschenkelbruch –, den Streit um die Homöopathie, das alljährliche Leid mit der Erkältung, die Grenzen der Alternativmedizin und die Wahl der individuell richtigen Pflege gehen.

Wir würden uns freuen, wenn Sie unserem Gesundheitspodcast folgen und ihn abonnieren würden: [blogs.faz.net/podcasts](http://blogs.faz.net/podcasts). Haben Sie Fragen oder Anregungen dazu, schreiben Sie uns doch an [podcast-gesundheit@faz.de](mailto:podcast-gesundheit@faz.de).



**Moderatorin Lucia Schmidt** ist studierte Medizinerin und seit 2013 Redakteurin der F.A.S., zuständig für die „Leib & Seele“-Seiten. 2018 veröffentlichte sie zusammen mit Andrea Freund das Buch „Leber an Milz. Wie wir lernen, auf die geheimen Signale unserer Organe zu hören“.

Foto: Wolfgang Eilmes



## SAGEN SIE MAL, FRAU DOKTOR

VON YAEL ADLER



### Sind Piercings gefährlich für die Gesundheit?

Im Fitnessstudio nahm ich vor kurzem an einem Workout teil. Eifrig, wie ich war, und weil ich den Trainer gut sehen wollte, plazierte ich mich in der ersten Reihe – ein fataler Fehler, wie sich herausstellen sollte. Die Stunde war anstrengend, bald kam man ins Schwitzen und ich auch ganz schön ins Schnaufen. Dem Trainer ging es zu meiner Verblüffung nicht anders. Beim Atmen verströmte er einen unfassbaren Mundgeruch, das süßlich-faulige Aroma waberte zu uns herüber und raubte uns mehr den Atem als das Workout selbst. Der Grund für diesen Geruch war für mich schnell offensichtlich. Seine Unterlippe war durch zahlreiche Metall-Piercings zerlöchert. Ob man das nun schön findet oder nicht, sei dahingestellt. Jedenfalls setzte jeder dieser kleinen Tunnel in der Lippe Faulgerüche frei. Beim Sprechen hörte man deutlich das Klackern des Metalls an seinen Zähnen. Seine Zähne waren angegriffen, das Zahnfleisch hatte sich zurückgezogen und war entzündet.

Was viele nicht wissen: Bei der Hälfte aller Piercings kommt es zu Komplikationen. Die Risiken dabei, sich ein Piercing stechen zu lassen und zu tragen, sind beträchtlich.

Piercings stecken in Zunge, Lippen, Nase, Augenbrauen, Brustwarzen, im Nabel und in den Genitalien. Der Eingriff ist eine gezielte Körperverletzung und zu hundert Prozent mit einem chirurgischen Eingriff vergleichbar. Neben den normalen OP-Risiken kommen beim Piercen die ungewöhnlichen Verletzungsorte dazu und die Gefahren, die das Einbringen eines Fremdkörpers mit sich bringt. Hinzu kommt, dass oft medizinische Laien Hand anlegen und nicht selten mit mangelnder Hygiene – so kann es zu Infektionen mit Hepatitis B, C, Tetanus, Tuberkulose und HIV kommen. Dieses Risiko besteht zum Beispiel dann, wenn nichtsterile Instrumente verwendet werden.

Bei Piercing-Verletzungen der Haut löst das dicht gespannte Nervennetzwerk Alarm aus, die Immunabwehr wird aktiviert, Entzündungsbotenstoffe eilen über Blut und Lymphe und Nervenendungen herbei. Die Abwehrzellen machen mobil, der Körper versucht schnellstmöglich, die Wunde zu schließen und den gemeldeten Fremdkörper

zu zerstören, ihn wieder auszustoßen oder abzukapseln. Diese Verletzungen führen immer zu Vernarbungen. Selbst das von Piercing-Freunden beinahe belächelte Ohrlochstechen ist an sich eine gezielte Vergewaltigung des Organs. Akupunktur- und Nervenpunkte werden gestört, was Auswirkungen auch auf entferntere Körperregionen hat.

Aber sehen wir uns mal die harten Fakten an, die Nebenwirkungen, die Gepiercte in großer Regelmäßigkeit in die Arztpraxen treibt: Piercingsschmuck und seine entsprechenden Befestigungen sollten aus Edelstahl oder Titan sein. Andernfalls ist das Risiko für eine Nickelallergie hoch, sie führt zu Ekzemen mit Juckreiz, Rötung und Bläschen. Selbst Gold ist oftmals mit Nickel versetzt.

Bei jedem Piercing besteht Infektionsgefahr mit aggressiven Problemkeimen und übelriechenden Wundheilungsstörungen, Blutvergiftung, eine Herinnenhaut-, Knochenmark- oder Nierenentzündung nebst völlig überdrehtem Immunsystem. Hier ist eine Antibiose notwendig.

Brustwarzenpiercings benötigen bis zu vier Monate, um zu heilen, Nabelpiercings bis zu neun Monate. Das sind Fristen, die weit über die Heilungszeiten normaler OP-Wunden gehen.

Will man sich schließlich wieder vom Piercing lösen, ist es nicht leicht, alte Piercingnarben schonend aus dem Gesicht zu schneiden, ohne dass neue Narben entstehen; immer muss der komplette Tunnel ausgeschnitten werden. Der ist aber oft narbig umschlossen, so dass auch die neue Narbe oft wieder eingezogen wird.

Ohrpiercings ziehen in bis zu 35 Prozent der Fälle Komplikationen nach sich. Insbesondere solche, die durch den Ohrknorpel gestochen werden, bergen ein hohes Risiko: Der Knorpel hat keine eigenen Blutgefäße und ist sehr langsam in der Regeneration. Hier beobachtet man oftmals blumenkohlartige Tumornarben-Wucherungen und Bommeln in Lila und Rot. Es handelt sich dabei um Wulstnarben, die schwer heilbar sind.

Schmuck in der Zunge oder an der Mundschleimhaut lässt Zähne splintern und brechen, drängt das Zahnfleisch zurück und kann zu schweren Abszessen

führen. Auch Ess- und Sprechstörungen, Geschmacksverlust und Sabbern sind im Jackpot. Der krasse Mundgeruch, den ich eingangs am Beispiel des Fitnesstrainers beschrieben habe, ist das Resultat der unnatürlichen keimigen Nischen. Manchem an der Zunge Gepiercten ist die Zunge schon so dick geschwollen, dass es zu Atemnot kam. Für die können auch Piercingteile sorgen, die unvermittelt in die Speiseröhre oder lebensgefährlich in die Atemwege gepurzelt sind.

Genitalpiercings können beim Geschlechtsverkehr Kondome zum Reißen bringen, wobei das noch fast das kleinste Übel ist. Wenn man es bemerkt, kann man ja ein neues überziehen. Männer stechen sich gern Stifte durch die Eichel oder bohren sich einen Ring durch die Harnröhre und den Penis. Das Stechen ist oft eine sehr blutige Angelegenheit. Einer meiner jungen Patienten hatte sich ein solches „Prinz Albert“-Piercing durch den Penis stechen lassen. Er berichtete, es sei zunächst ein „geiles Gefühl“ mit Dauererregung gewesen. Doch nach einiger Zeit sei das Gefühl mehr und mehr abgestumpft, habe sich sogar ins Gegenteil verkehrt. Das war so nicht geplant, also musste der Ring wieder raus. Was blieb, war der Stechkanal. Urin und Sperma nutzen seither zwei Ausgänge: die Harnröhre und den Seitenausgang über Prinz Albert. Noch Fragen?

#### HABEN SIE AUCH EINE FRAGE?

Haben Sie auch Fragen, die Sie schon immer mal einem Arzt stellen wollten, ohne dass Sie sich extra einen Termin in der Sprechstunde geben lassen? Dann fragen Sie doch einfach Dr. Yael Adler. Sie ist Ärztin für Haut- und Geschlechtskrankheiten, Veneriologin und Ernährungsmedizin und Autorin unter anderem des Bestsellers „Haut nah. Alles über unser größtes Organ“. Yael Adler beantwortet an dieser Stelle Ihre Fragen. Für ihre Publikationen recherchiert sie aktuell zu diversen medizinischen Themen. In der nächsten Kolumne geht es um die Arzt-Patienten-Kommunikation. Bitte senden Sie Ihre Frage bis zum 14. 01. 2019 an: [sagensie-mal@faz.de](mailto:sagensie-mal@faz.de). Ausgewählte Fragen drucken wir in der nächsten Kolumne ab.



MUSIK  
DESIGN  
MODE  
REISE  
KUNST

SAMSTAG,  
12. JANUAR,  
IN DER F.A.Z.

- Führungsrolle:** Karl Lagerfeld kommentiert den Wechsel an der CDU-Spitze.
- Möbelmesse:** Wir zeigen 20 Neuheiten in Köln – und die Höhepunkte des Off-Programms.
- Opernball:** Niemand kennt die Wiener Gesellschaft besser als Lotte Tobisch.
- Powerplay:** Das Berliner Indie-Duo Gurr ist eine der wenigen weiblichen Rock-Bands.
- Querschnitt:** Wer Friseurläden in Afrika und Asien liebt, muss auf alles gefasst sein.