



Tipp
 Sie vermuten bei Ihrem Kind eine Lebensmittelallergie? Dann gehen Sie zum Arzt! Er kann entscheiden, ob eine Diät sinnvoll ist.

Gezüchtetes Gewebe

Basel Positives Zwischenergebnis einer Schweizer Studie: Aus Knorpelzellen der Nasenscheidewand kann funktionsfähiges Gewebe gezüchtet werden! Damit lässt sich beschädigtes Knorpelgewebe im Kniegelenk ersetzen.

www.unispital-basel.ch

Neue Migräneart bei Frauen?

North Carolina US-Neurologen entdecken bei Frauen einen neuen Kopfschmerztyp: die «endmenstruelle» Migräne. Die Ergebnisse der Untersuchung lassen vermuten, dass ein niedriger Ferritinwert der Auslöser dafür sein könnte.

www.aerztezeitung.de

Tee schützt vor Koronar-Kalk

Bethesda Wer regelmässig mindestens eine Tasse Tee am Tag trinkt, weist seltener verkalkte Herzgefässe auf als teeabstinente Menschen. Das ergab eine US-Studie mit mehr als 6500 Personen. Bei Kaffeetrinkern hingegen blieb diese Wirkung aus.

www.medical-tribune.ch

Gicht

Schmerzhaftes Warnsignal

Mit dem wachsenden Wohlstand hat sich die Gicht zu einer Volkskrankheit entwickelt. Passt man den Lebensstil an, lässt sich das Risiko senken. Eine **NEUE BROSCHÜRE** der Rheumaliga Schweiz klärt auf und gibt Tipps.

TEXT **LISA MERZ**

Meistens schlägt sie in der Nacht zu und quält die Opfer mit fiesem Schmerzen. Die akute Gicht ist eine Gelenkentzündung – sie wird zu den rheumatischen Erkrankungen gezählt. Die Symptome: Das Gelenk und die umgebende Haut sind geschwollen, stark gerötet und extrem empfindlich auf Berührung. Der häufigste Grund: die Ernährung. Gerade Zechgelage und Schlemmereien bringen das Fass zum Überlaufen und können in einem Gichtanfall enden. Dazu kommt Bewegungsmangel, Übergewicht und ein hoher Fleischkonsum (über 50 kg jährlich pro Person).

«**Gicht war schon immer** eine Wohlstandserkrankung», sagt Dr. Thomas Langenegger, leitender Arzt Rheumatologie

am Zuger Kantonsspital in Baar. Die falsche Ernährung führt häufig dazu, dass man zu viel Purin zu sich nimmt. Es kommt in vielen pflanzlichen und tierischen Lebensmitteln vor und wird im Körper zu Harnsäure umgewandelt. Überschüssige Harnsäure (der Normalwert liegt bei 3–6 mg/dl Blut) beginnt, auszukristallisieren und an verschiedenen Stellen im Körper abzulagern. Die Folge: Entzündungen, die sich anfühlen, als würden Glasscherben ins Fleisch schneiden.

80 Prozent aller Betroffenen sind Männer ab 40 Jahren. Aber auch junge Männer können an Gicht erkranken. «Das kann genetisch bedingt sein. Oder es sind Bodybuilder, die sehr viel Eiweiss zu sich nehmen, erklärt Dr. Langenegger. Frauen bleiben durch die Ge-

schlechtshormone bis zur Menopause meistens von der Gicht verschont. Ein Weg, sich davor zu schützen, ist die Ernährung. Sie sollte möglichst purinarm sein (siehe Grafik). «Mit einer Diät kann man die Harnsäure um maximal 15 Prozent senken. Wenn das nicht reicht, braucht es Medikamente», erklärt Dr. Langenegger. «Seit diesem Sommer ist in der Schweiz ein neuer Wirkstoff zugelassen, den die meisten meiner Patienten gut vertragen.»



Broschüre «Gicht und Pseudogicht» der Rheumaliga Schweiz. Kostenlos bestellen www.rheumaliga-shop.ch.