



Newsletter April 2018

Termine – Vorträge und Veranstaltungen

Jürgen Haubold war wieder sehr rührig und hat kurzfristig hochkarätige Referenten für uns gewonnen. Zwei Termine waren ja schon für März avisiert. Diese werden hier nicht noch einmal mit genannt. Nachfolgend die Termine für April:

Informationsveranstaltung in Burgstädt

Am **Freitag, den 06.04.2018** besucht uns **Frau Prof. Dr. med. Katrin Engelmann**, FÄ für Augenheilkunde. Sie hält den Vortrag **„Die Sehstörung unterschiedlichster Ursachen im Alter, ein Handicap im täglichen Leben“**, welcher schon für unsere Veranstaltung im Oktober 2017 in Kohren-Sahlis geplant war und leider ausfallen musste. **Die Veranstaltung beginnt 16:00Uhr im Seniorentreff „Schwaneneck“ in Burgstädt.**

Informationsveranstaltung in Erlau

Am **Freitag, den 20.04.2018, 16:00 bis 19:00 Uhr** führt das Netzwerk Borreliose, FSME und bakterielle Erkrankungen erstmals eine Informationsveranstaltung im Generationenbahnhof Erlau durch (Ahornstraße 12, 09306 Erlau). Es kommt Herr Dr. Frank Riedel aus Luckau und spricht über seine Therapieansätze zur Behandlung von Borreliose, zur Stärkung des Immunsystems und weitere gesundheitliche Aspekte.

Mitgliederwahlversammlung fand statt

Unsere ordentliche Mitgliederversammlung fand am Samstag, den 10.03.2018 in Seniorentreff „Schwaneneck“ statt. Jürgen Haubold eröffnete die Veranstaltung und begrüßte Mitglieder und Gäste.

Es waren 25 Mitglieder unserer Selbsthilfegruppe gekommen und es lagen 5 Vertretungsvollmachten vor. Damit war die Versammlung beschlussfähig.

Unsere beauftragte Buchhalterin war ebenfalls anwesend, sowie 2 weitere Gäste. Die Gäste wurden per Abstimmung zugelassen. Es wurde einstimmig beschlossen, die Buchführung extern durchführen zu lassen.

Peter Franke verliest den Rechnungsprüfungsbericht für das Geschäftsjahr 2016. Die Rechnungsprüfung wurde von Frau Ingrid Richter und Herrn Peter Franke durchgeführt. Im Rechnungsprüfungsbericht empfehlen die Rechnungsprüfer, den Vorstand zu entlasten.

Der Beschluss über die Entlastung des Vorstandes erfolgte einstimmig.

Erik Stein stellte den Entwurf des Haushaltsplanes für das Jahr 2018 den anwesenden Mitgliedern vor.

Peter Franke wurde zum Wahlleiter bestellt und einstimmig gewählt. Erik Stein wurde einstimmig zum neuen Schatzmeister gewählt.

Es wurde einstimmig beschlossen, die Buchhaltung des Geschäftsjahres 2017 bis spätestens 30.06.2018 den Rechnungsprüfern vorzulegen.

Erik Stein



Mitgliederversammlung im „Schwaneneck“ (Fotos: H. Gießner)

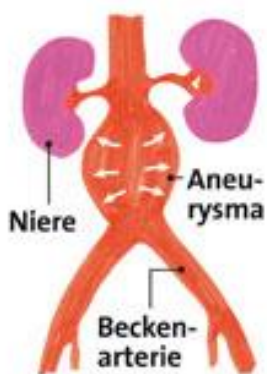
Screening der Bauchaorta

Gekürzter Auszug aus der Apothekenumschau vom 03.01.2018 (ein Beitrag von Dr. Katharina Kremser):

Ab Januar 2018 gibt es für Männer ab 65 eine neue Vorsorgeuntersuchung: Mittels Ultraschall soll eine gefährliche Ausstülpungen der Hauptschlagader früh erkannt werden.

Die Bauchaorta ist das zentrale blutführende Gefäß unseres Körpers. Dort können Ausstülpungen, sogenannte Aneurysmen entstehen. Wird solche ein Bauchaortenaneurysma zu spät erkannt und platzt, ist das akut lebensgefährlich.

Tückischerweise machen sie meist keine Symptome. Erst wenn die Größe der Ausstülpung zunimmt, treten manchmal diskrete Anzeichen auf: Beispielsweise Bauch- und Rückenschmerzen oder das Gefühl, etwas pulsieren im Bauch.



Aortenaneurysma
(Ausstülpung der
Hauptschlagader)
(Bild: W&B/Sczcesny)

Reißt ein solches Aneurysma, kommt es zu einer großen inneren Blutung, die innerhalb von Sekunden bis Minuten den kompletten Kreislauf und damit das Leben gefährdet.

Wird ein Bauchaortenaneurysma allerdings rechtzeitig erkannt, kann es auf Veränderungen beobachtet und operiert werden, wenn das Risiko einer Ruptur, also eines Einrisses, zu hoch wird.

Für Männer, die insgesamt häufiger als Frauen an Bauchaortenaneurysmen leiden, gibt es deswegen ab Anfang 2018 diese neue Vorsorgeuntersuchung.

Gesetzlich versicherte Männer ab dem Alter von 65 Jahren haben einmalig Anspruch auf die Untersuchung. Denn diese Gruppe hat ein besonderes hohes Risiko für entsprechende Veränderungen der Hauptschlagader. Besonders gefährdet sind Personen, die viele Risikofaktoren für Arteriosklerose aufweisen. Also zum Beispiel rauchen und einen erhöhten Blutdruck oder Diabetes haben.

Die Untersuchung kann jeder Arzt vornehmen, der auch befähigt ist, eine Ultraschalluntersuchung des Bauches durchzuführen.

Bauchschlagadern mit einem Durchmesser unterhalb von 2,5 Zentimeter sind unauffällig. Ist der Durchmesser der Aorta an der oben genannten Stelle größer als 2,5 Zentimeter, gilt das Ergebnis als auffällig. Dies muss nicht bedeuten, dass tatsächlich schon ein Aneurysma vorliegt,

denn erst wenn der Aortendurchmesser größer als drei Zentimeter ist, handelt es sich definitionsgemäß um ein Aneurysma. Trotzdem kann es sinnvoll sein, in regelmäßigen Abständen mit Ultraschall zu kontrollieren, wie sich der Aortendurchmesser entwickelt. Ihr Arzt berät Sie zum weiteren Vorgehen.

Was zu tun ist, wenn ein Aneurysma erkannt wurde, hängt unter anderem von der Größe des Aneurysmas ab. Ist das Aneurysma so groß ist, dass das Risiko eines Risses stark erhöht ist, muss bald operiert werden. Bei kleineren Ausstülpungen der Bauch-Aorta wird engmaschig beobachtet, damit Veränderungen am Aneurysma, die eine Operation notwendig machen würden, frühzeitig erkannt werden.

Ist eine Operation nötig, kann das Bauchaortenaneurysma in einem offenen Eingriff entfernt werden. Stattdessen wird ein künstlicher Gefäßabschnitt, eine sogenannte Gefäßprothese eingefügt. Oder über einen Schnitt in der Leiste wird ein Katheter eingeführt, über den ein Röhrchen in das Aneurysma eingebracht wird, so dass es nicht mehr reißen kann. Beide Eingriffe sind nicht ungefährlich, sie können Komplikationen wie zum Beispiel einen Schlaganfall nach sich ziehen. Ob und wie behandelt wird, muss daher im Einzelfall gut abgewogen werden.



Mit einer Gefäßprothese
versorgtes Aneurysma
(Bild: W&B/Sczcesny)

Die Vorsorgeuntersuchung kann dazu beitragen, Erweiterungen und Ausstülpungen der Hauptschlagader frühzeitig zu erkennen. Studien konnten zeigen, dass wenn 1000 Männer am Screening teilnehmen, circa drei vorzeitige Todesfälle durch Riss eines Aneurysmas verhindert werden können. Zudem können etwa drei der 1000 Männer vor einem Riss der Bauchschlagader bewahrt werden, weil Ausstülpungen rechtzeitig operiert werden.

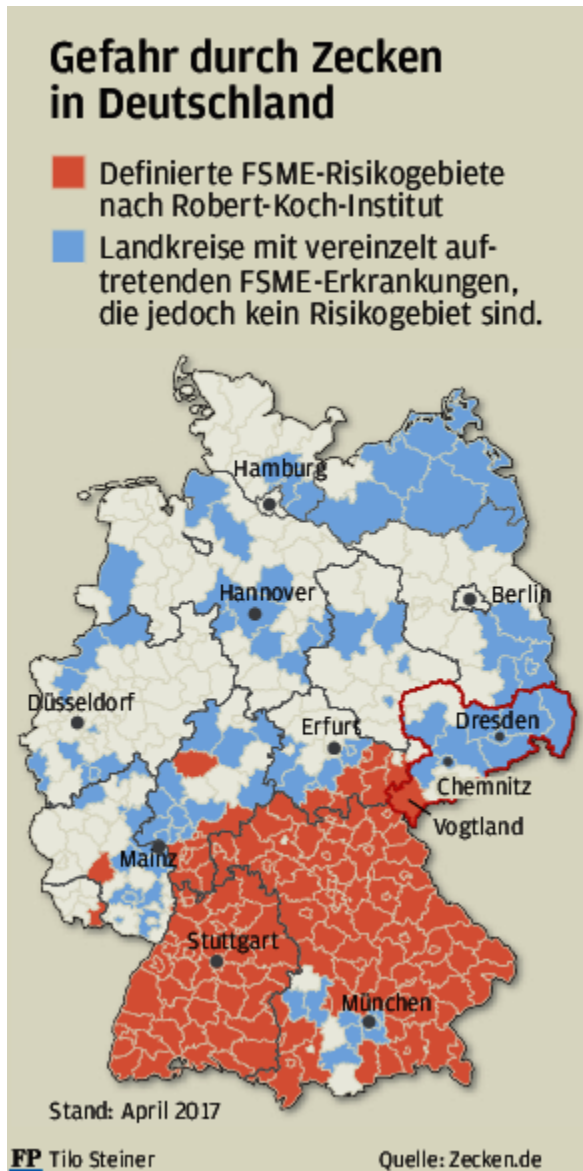
Ende des Auszuges, gesamter Artikel unter:
<https://www.apothekenumschau.de/Gefaesse/Neu-Screening-der-Bauch-aorta-546851.html>

Infektionsgefahr durch Zecken weitet sich nach Norden aus

Von Stephanie Wesely, erschienen am 07.03.2018 in Freie Presse (Quelle: www.freiepresse.de)

Auszug gekürzt:

Experten rechnen in diesem Jahr mit einer Zunahme der Fälle. Möglicherweise droht neue Gefahr durch eine Zeckenart aus dem Mittelmeerraum.



Der Winter hat sich noch nicht verabschiedet - und schon sind wieder aktiv - die Zecken.

Neben der Borreliose übertragen die Tiere auch die Frühsommermeningoenzephalitis (FSME), eine Form der Gehirnhautentzündung. Diese wird durch Viren ausgelöst.

Während die Borreliose praktisch im gesamten Bundesgebiet vorkommt, liegen die FSME-Gebiete hauptsächlich in Süddeutschland. Auch der Vogtlandkreis gilt als Risikogebiet. Doch die regionale Beschränkung könnte sich bald ändern, denn die Infektionsgefahr breitet sich nach Norden aus. Zwar traten die weitaus meisten Erkrankungsfälle (85 Prozent) im Jahr 2017 in

Süddeutschland auf, wie Zeckenexperten gestern in Stuttgart sagten. Doch zuletzt hätten sich auch vermehrt Menschen an der niedersächsisch-niederländischen Grenze, in privaten Gärten in Berlin und in Stadtparks in Mecklenburg-Vorpommern angesteckt. "Wir haben eine Dynamik, die wir noch nicht verstehen", sagte der Infektionsepidemiologe Gerhard Dobler.

Fest steht allerdings schon, dass die Möglichkeiten, sich mit Borrelien oder FSME-Viren anzustecken, größer geworden sind - nicht nur aufgrund der räumlichen Ausweitung der Zeckengebiete.



Gemeiner Holzbock Bild: © Mexen, Striegistal

Quelle: www.fotocommunity.de

Denn neben dem Gemeinen Holzbock, der beide Erreger verbreiten kann, ist seit Kurzem die Auwaldzecke als FSME-Überträger bekannt. Laut Robert-Koch-Institut ist diese Zeckenart mit für die



Auwaldzecke Bild: © dpa, Patrick Pleul, ppl fux jhe vfd

Quelle: www.wetter.de

Zunahme der Erkrankungen verantwortlich.

Möglicherweise komme jetzt eine weitere aus dem Mittelmeerraum stammende Zecke mit dem Namen Ixodes inopinatus als Überträger hinzu. Ob auch sie FSME übertragen kann, untersucht jetzt das Deutsche Zentrum für Infektionsforschung. (Wir berichteten im NL März 2018. Anm. d. Red.)

Im letzten Jahr wurden knapp 500 FSME-Erkrankungen registriert, etwa 30 Prozent mehr als 2016. In Sachsen gab es mit 20 Erkrankungen 2017 doppelt so viele wie ein Jahr zuvor. Ein neuer Übertragungsweg ist die Rohmilch von infizierten Weidetieren. 2016 erkrankten zwei Menschen nach dem Verzehr von Rohmilchkäse aus Ziegenmilch, 2017 gab es acht solcher Fälle.

Ende des Auszuges

S3-Leitlinie „Neuroborreliose“ tritt in Kraft

Informationen aus dem *Borreliose und FSME Bund Deutschland –Newsletter, Ausgabe 41 Februar 2018* und dem *Deutschen Ärzteblatt vom Dienstag, 20. März 2018* (www.aerzteblatt.de)

Die Deutsche Gesellschaft für Neurologie (DGN) hat sich mit ihrem Widerspruch gegen die Einstweilige Verfügung (siehe unser Newsletter Februar 2018) bei Gericht durchgesetzt. Zitat deutsches Ärzteblatt: „Die Neufassung der S3-Leitlinie Neuroborreliose darf in unveränderter Form veröffentlicht werden. ... Zugleich wies das Gericht damit den Antrag der Deutschen Borreliose-Gesellschaft und des Borreliose-und-FSME-Bundes Deutschland ab, deren abweichende Sondervoten in den Leitlinientext aufzunehmen.“

Bei einem strittigen Kapitel, weswegen der BFBD die einstweilige Verfügung erstritten hat, geht es um Methoden, welche für die Diagnostik der Neuroborreliose nicht geeignet sind, mit der Begründung, „Für die folgenden Methoden liegen keine prospektiven kontrollierten Studien vor, die einen Nutzen für die Diagnostik der Neuroborreliose belegen würden. Somit sollen diese Methoden für die Diagnostik der Neuroborreliose nicht verwendet werden.“

Da können wir als Betroffene nur hoffen, dass möglichst bald belastbare Studien dahingehend durchgeführt werden!

Nähere Informationen über die Leitlinie finden Sie im Internet unter der Website des BZK <https://www.bzk-online.de/informationen/aktuelles/> (mit einer Dissenserklärung zur S3-Leitlinie Neuroborreliose) und auf der Website der Deutsche Gesellschaft für Neurologie <https://www.dgn.org/leitlinien/2394-ll-36-2012-neuroborreliose> .

E. Stein

Vitamin D feiert Jubiläum

Beitrag aus www.orthomol.com gekürzt.

Vor 100 Jahren fanden Wissenschaftler heraus, dass Sonne auf der Haut nicht nur gute Laune macht, sondern auch ein echtes Lebens-Elixier produziert, Vitamin D. Im Winter zehren wir von unseren Reserven, denn dann steht die Sonne in unseren Breiten zu tief für die Eigenproduktion. Gleichzeitig ist das Immunsystem auf das Sonnenvitamin angewiesen.

Wie wichtig Vitamin D für uns ist, sieht man den Meisten von uns direkt an. Im Lauf der menschlichen Entwicklungsgeschichte machte uns die Abhängigkeit vom Sonnenvitamin zu Bleichgesichtern. Unser blasser Teint entwickelte sich nämlich als Anpassung an das knappe Sonnenlicht, als unsere Vorfahren aus den Tropen nach Europa wanderten. Jeder Sonnenstrahl wurde dringend zur Vitamin-D-Produktion gebraucht, die dunkle „UV-Schutzhaut“ war dabei nur hinderlich – und wurde nach und nach heller.

Durchbruch vor 100 Jahren

Vitamin D wurde erst entdeckt, als es vielen Menschen fehlte. Ab dem 16. Jahrhundert litten zunächst Adelige mit vornehmer Blässe, im Zuge der industriellen Revolution dann auch Arbeiter und ihre Kinder an einer rätselhaften Krankheit: eine „Knochenerweichung“ breitete sich immer weiter aus.

Im 19. Jahrhunderts stellten Forscher einen Zusammenhang zwischen fehlendem Sonnenlicht und der „englischen Krankheit“ her. Rachitis oder (bei Erwachsenen) Osteomalzie grassierte. Missionare berichteten, dass die Krankheit in Äquatornähe nicht vorkam, während in Nordeuropa um das Jahr 1900 ca. 80-90% der Kinder betroffen waren. 1918 heilte der junge britische Arzt Edward Mellanby rachitische Hundewelpen mit Lebertran von ihrem Gebrechen. Damit war bewiesen: Nährstoffmangel kann Rachitis auslösen. Kurz darauf wurde der entsprechende Nahrungsbestandteil identifiziert und „Vitamin D“ getauft.

Multitalent Vitamin D

Seitdem haben wir viel über Vitamin D gelernt. Es ist maßgeblich am Knochenstoffwechsel beteiligt, weil es die Aufnahme des Knochenbausteins Calcium aus dem Darm vermittelt. Darüber hinaus nimmt es Einfluss auf die Muskelkraft. Es ist ein machtvoller Immunmodulator, der von fast allen Immunzellen, wie etwa Makrophagen oder Lymphozyten, erkannt wird.

Es gibt statistische Zusammenhänge zwischen dem Vitamin-D-Spiegel im Blut und der Häufigkeit verschiedener Krankheiten wie etwa Typ2-Diabetes, bestimmter Krebsarten oder Autoimmunerkrankungen wie Multipler Sklerose. Ob und wie eine schlechte Vitamin-D-Versorgung an der Entstehung solcher Krankheiten beteiligt ist, wird gerade untersucht.

Alternative Quellen

Spätestens in den Wintermonaten gibt es nördlich des 51. Breitengrades (das ist etwa bei Köln) selbst mit heller Haut und bei höchstem Sonnenstand keine Chance mehr auf Eigenproduktion durch die Haut. Jetzt können Vitamin-D-reiche Lebensmittel einen Beitrag zur Versorgung leisten. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung empfiehlt 20 Mikrogramm Vitamin D täglich, wenn die Eigenproduktion brach liegt. Das entspricht der Menge, die etwa in 400 g Lachs oder sieben Eiern enthalten ist. Es ist also kaum möglich, 20 µg Vitamin D über die Nahrung aufzunehmen. Wer weder Lebertran noch andere Nahrungsergänzungen einnehmen möchte, zehrt in dieser Zeit von seinem (hoffentlich gut gefüllten) Vorrat. Schwangere, Stillende und Menschen, die in den vergangenen Monaten längere Zeit nicht in die Sonne konnten, etwa weil sie krank oder pflegebedürftig sind, sollten mit ihrem Arzt oder Apotheker über die Einnahme von Vitamin D sprechen.

(kompletter Artikel im Internet unter: <https://www.orthomol.com/de-de/gesundheit/gesundheitsmeldungen/2017/vitamin-d-feiert-jubilaeum>)

Blutsaugende Mücken

Am Freitag, den 23. März 2018 um 15:00 Uhr war die Diplom-Biologin Frau Dr. Doreen Walther vom Leibniz-Zentrum für Agrarlandschaftsforschung (ZALF) e. V. im brandenburgischen Müncheberg bei uns im „Seniorentreff“ Burgstädt. Es waren leider weniger Zuhörer gekommen, als das Thema und die Werbung durch Anzeigenschaltung erwarten ließ. Jeder der nicht dabei war, verpasste einen faszinierenden Vortrag von einer sehr engagierten und sympathischen Wissenschaftlerin!



Dr. rer. nat. Doreen Walther
Foto: www.zalf.de

Frau Dr. Walther brachte uns in ihren Vortrag über Mücken und Mückenforschung so manches Mal zum Staunen. In einer kurzen Einführung über die biologische Zuordnung der Mücken zu den fliegenden Insekten und über die in Deutschland verbreiteten 28 Mückenfamilien ging es im Weiteren um die Entwicklung der Mücken vom Ei über meist vier Larvenstadien zur Puppe, und schließlich zum Erwachsenen Insekt. Die Überlebensstrategien der Mücken, vor allem in den Larvenstadien, sind erstaunlich.

Die Entwicklung der Mücke

Text aus www.mueckenatlas.de, gekürzt.

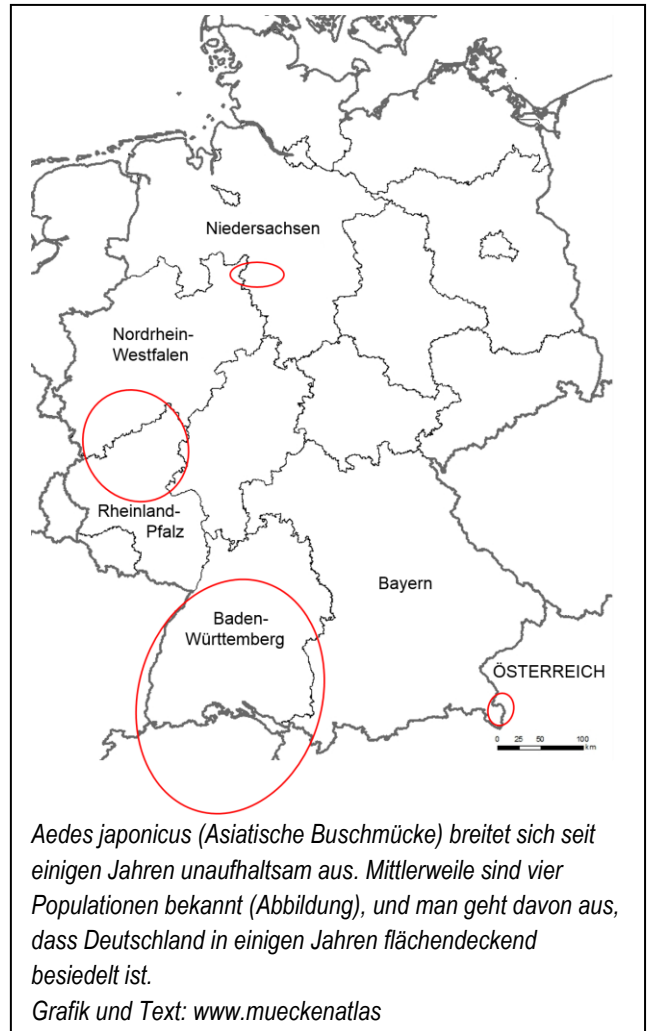
Die Mückenlarven sind auf Wasser angewiesen, sie ernähren sich von Mikroorganismen und organischen Bestandteilen aus dem Wasser. Aus dem letzten Larvenstadium geht nach der Häutung die Puppe hervor, welche weiterhin im Wasser lebt. Sie nimmt keine Nahrung mehr zu sich. In der Puppenhülle findet die Umwandlung zum Fluginsekt statt. Die Larven benötigen bei unserem Klima etwa zwei Wochen für ihre Entwicklung, die Puppe einige Tage. Die Weibchen benötigen zur Eibildung eine Blutmahlzeit. Dann werden in kurzer Zeit bis zu 300 Eier abgelegt. Für die Bildung des nächsten Geleges ist eine weitere Blutmahlzeit erforderlich. Die Lebensdauer eines Mückenweibchens kann vier bis sechs Wochen einnehmen. Auch die Form der Überwinterung ist artabhängig. Manche Arten überwintern als Ei, andere als Larve oder als ausgewachsenes Mückenweibchen. Letztere suchen sich dunkle, kühle, aber temperaturkonstante Kellerräume, Ställe, Höhlen etc., in denen sie den ganzen Winter über weitgehend inaktiv bleiben.

Mücken als Überträger von Krankheitserregern

Nach Verschwinden der Malaria aus Deutschland, Mitte des letzten Jahrhunderts (Malaria in

Deutschland, auch das war für die Meisten Zuhörer neu.) fand hierzulande kaum Mücken-Forschung statt. Welche Arten es gibt, einheimische und eingewanderte, war und ist nicht umfassend bekannt.

Erst als 2006 die Blauzungenkrankheit, eine Viruserkrankung von Wiederkäuern, ausbrach, wurde die Forschung wieder intensiviert. Und an dieser Forschung ist Frau Dr. Walther maßgeblich beteiligt. Sie erstellt zusammen mit Dr. rer. nat. Helge Kampen vom Friedrich-Loeffler-Institut in Greifswald den sogenannten „Mückenatlas“.



Die Ergebnisse ihrer Forschungen kann man im Internet unter: www.mueckenatlas.de verfolgen. Jeder kann und sollte diese wichtige Forschung unterstützen, indem im heimischen Umfeld gefangene Mücken eingesandt werden. Einzelheiten dazu finden Sie unter o.g. link oder über den Vorstand des Netzwerkes Selbsthilfe.

Frau Dr. Walther machte in ihren Ausführungen aus „einer Mücke keinen Elefanten“, wie das die Medien oft tun, aber doch hatte sie einige Beispiele über die Gefährlichkeit so mancher Mückenspezies parat. So zeigte sie Bilder von Rindern mit der durch Gnizen übertragenen Blauzungenkrankheit, und Fotos von Menschen, welche von Kriebelmücken gestochen wurden.



Foto: H. Gießner

So verheerend die Auswirkungen so mancher durch Mücken übertragbarer Krankheiten sind, letztendlich sind meist Menschen durch Unachtsamkeit oder unbedachtes Handeln die Problemauslöser. Der Einsatz von Insektiziden führt zwar kurzfristig zum Rückgang der Mückenpopulation, doch sind die Auswirkungen für das biologische Gleichgewicht unabsehbar, und es kommt immer wieder zu massenhaftem Auftreten von Stechmücken und den daraus resultierenden Problemen.

Tigermückenlarven reisten in Pflanzenbehältern aus dem Urlaub, den Pflanzenliebhaber in den Tropen verbracht haben, mit nach Berlin.



Aedes albopictus (Asiatische Tigermücke)
Foto: www.mueckenatlas.de

Ein ganz großes Problem ist der weltweite Handel mit Altreifen. Die Mückenlarven „jetten“ in diesen Altreifen rund um den Globus, da sich in den Reifen immer Regenwasser sammelt, worin sich die Larven gut entwickeln können.

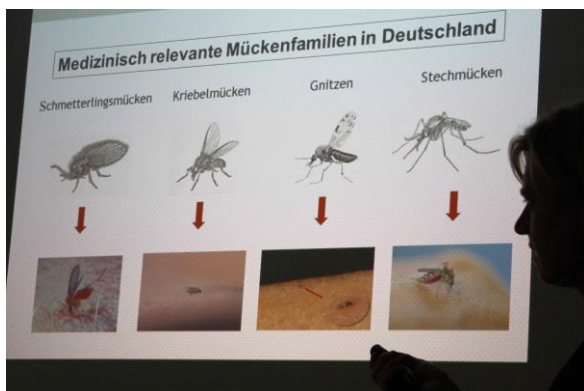


Foto: H. Gießner

Auch deshalb sind die Erfassung und die Überwachung der einheimischen Mücken-Fauna dringend erforderlich. Frau Dr. Walther hat in ihrem Referat verdeutlicht, warum nur eine ausreichende Datenbasis helfen kann, die Rolle von Insektengruppen im Ökosystem zu beurteilen, um ggf. gezielte prophylaktische Maßnahmen ergreifen und Bekämpfungsstrategien entwerfen zu können.



Foto: H. Gießner

In einer abschließenden Diskussionsrunde konnten Fragen rund um das Thema „Mücken“ gestellt werden. Dieses Angebot wurde auch reichlich genutzt.

Erik Stein