Ihr BIO-Wetter

	MI	DO	FR	SA	SO	MO	DI
Herz/Kreislauf	🟢	🟢	🟢	🟢	🟡	🟡	🟡
Migräne/Kopfschmerz	🟡	🟢	🟢	🟡	🔴	🔴	🟡
Rheuma/Gelenke	🟡	🟢	🟢	🟡	🔴	🔴	🔴
Schlafstörungen	🟢	🟢	🟢	🟡	🟡	🟡	🟡
Erkältungen	🟡	🟡	🟡	🟡	🟡	🔴	🔴
Blutdruck	🟢	🟡	🟡	🟡	🟡	🟡	🟡

🟢 = kaum Belastung 🟡 = mäßige Belastung 🔴 = hohe Belastung

Vorerst bleibt es wechselhaft und tagsüber frühlingshaft mild mit Stunden voller Sonne, dazwischen Wind, Wolken und deutlich kühleren Abenden. Im Westen regnet es auch ergiebig. Anfang kommender Woche zieht dann ein Tiefdruckgebiet, das kalte Luftmassen heranführt, über uns. Der Wechsel kann **Herz** und **Kreislauf** fordern und bei Wetterfühligen **Kopfweh** auslösen.

Ein täglicher Spaziergang bringt **Kreislauf, Muskeln** und **Gelenke** in Schwung. Am Abend ist es ratsam, sich eine warme Jacke mitzunehmen, damit Sie sich nach Sonnenuntergang nicht verkühlen.

Die Birkenpollensaison ist in den Niederungen nun so gut wie vorüber. Zunehmend müssen **Allergiker** mit den **Gräserpollen** rechnen und die ersten **Rapsfelder** blühen.

IN KÜRZE

Injektion bei angeborener Taubheit

Um eine seltene Form genetischer Taubheit hinkünftig behandeln zu können, genügt eine einzige **Injektion ins Innenohr**. Das geht aus der bislang umfassendsten klinischen Studie zur Gentherapie bei **erblich bedingtem Hörverlust** hervor. Bei der Mehrheit der Teilnehmer konnte das Hörvermögen wieder hergestellt werden, mit Ergebnissen, die bis zu zweieinhalb Jahre anhielten. Betroffen sind Patienten, denen das **Gen fehlt**, das für die Übertragung von Schallsignalen von den Haarzellen im Innenohr zum Gehirn unerlässlich ist. Die Patienten kommen taub zur Welt. Die Behandlung nutzt ein **bestimmtes Virus**, um eine funktionierende Kopie des fehlenden Gens durch eine einzige Injektion in die Hörschnecke einzuschleusen.

Die in China behandelten Teilnehmer waren zwischen neuneinhalb Monaten und 32 Jahre alt. Sechsunddreißig erhielten die Therapie an einem Ohr, sechs wurden an beiden Ohren behandelt. **Etwa 90 Prozent** der Teilnehmer erlebten eine **Verbesserung** des Hörvermögens im behandelten Ohr, die meisten innerhalb weniger Wochen, mit weiteren Fortschritten im Laufe der Zeit. Es wurden **keine schwerwiegenden** behandlungsbedingten Nebenwirkungen gemeldet.

HAUTÄRZTIN

Dr. Barbara **Franz**

*Mit **Minoxidil-Kapseln** gegen **Haarausfall** bekam ich geschwollene Knöcheln. Ist die **Minoxidil-Tinktur** zum Einreiben **wirkungsvoll**?*

A: Haarausfall ist ein verbreitetes Problem. Der Goldstandard in der Therapie ist neben Haar-Vitaminen über einen Zeitraum von drei Monaten die Anwendung von Minoxidil.

Dies kann in zweierlei Formen geschehen, und zwar mit Minoxidil-Kapseln oder durch die äußerliche Anwendung von Minoxidil auf die betreffende Kopfhaut. Das ist die sicherere und komplikationsärmere Nebenwirkung als die der Tabletten, die ursprünglich zur Blutdrucksenkung entwickelt wurden.

Die Hauptnebenwirkung ist das Abfallen des Blutdruckes. Hat jemand einen eher niederen Blutdruck, würde ich von der Einnahme von Minoxidil-Tabletten tunlichst abraten. Die Schwellung wird nach Absetzen des Medikamentes wieder zurückgehen. Das kann bis zu drei Monate dauern, wird sich aber normalisieren.

Hautärztin, ästhetische Dermatologie, Wien,
www.hautsachegut.at

NEUROLOGIN

Prim. Dr. Jasmin **Kechvar**

*Welche Therapien helfen, nach einem **Schlaganfall** Gesichts- oder **Armlähmungen** zu lindern?*

A: Wichtig ist eine gute Beratung bei einem Neurologen. Die Eckpfeiler sind Physio- und Ergotherapie, Logopädie, ergänzt durch psychotherapeutische Behandlung und manchmal CIMT (spezielle Therapie bei Halbseitenlähmung nach einem Schlaganfall) für den Arm sowie Elektrostimulation.

Es wurden Medikamente entwickelt, um Patienten nach einem Schlaganfall zu helfen. Manchmal können Infusionstherapien an spezialisierten Zentren die Rehabilitation verbessern. Botulinumtoxin A kann bei einer örtlich begrenzten Lähmung helfen.

Mit Künstlicher Intelligenz und Roboter-gestützten Therapien gibt es Möglichkeiten, die optimale Beinbewegung, das Gehen und Gleichgewicht sowie die Finger und Handgelenke zu trainieren. Je früher die Reha beginnt, desto besser sind die Chancen, Lähmungen zu beheben und die Funktionen wiederzuerlangen.

FÄ für Neurologie, Leit. der Neurologischen Abt. am Evangelischen Krankenhaus, Wien, **neurospa.at**