

Unsere Experten beraten Sie bei kniffligen medizinischen Fragestellungen aus Ihrer Praxis.

Hier erhalten Sie Rat  
binnen 48 Stunden:  
[www.springermedizin.de/  
mmw-sprechstunde](http://www.springermedizin.de/mmw-sprechstunde)

Prof. Dr. med.  
Hermann S. Fießl  
Internist, München



Dr. med.  
Peter Stiefelhagen  
Internist, Hachenburg



## Unerwünschte Nebenwirkung

# Was tun gegen Eisentabletten-Obstipation?

**?** Anonym gestellte Frage: *Was kann ich meiner Patientin raten, die unter einer oralen Eisensubstitution mit Obstipation zu kämpfen hat? Eine Dauermedikation z. B. mit Macrogol hält sie für problematisch.*

**!** MMW-Experte Stiefelhagen: Bei einem gesicherten Eisenmangel stellt sich die Frage, ob eine Anämie vorliegt. In Fällen, in denen die orale Eisengabe nicht vertragen wird oder nicht wirkt, muss das Eisen parenteral verabreicht werden.

Ursächlich sollte auch an eine Zöliakie gedacht werden. Zusätzlich empfiehlt sich eine gynäkologische Abklärung. Bei weiteren Hinweisen auf eine chronisch-entzündliche Darmerkrankung wäre eine Endoskopie sinnvoll.



© michaeljung / Getty Images / iStock

**!** MMW-Experte Fießl: Obstipation unter oraler Eisengabe ist eine häufige Nebenwirkung. Zur Vermeidung oder zumindest Linderung dieser Beschwerden bietet sich eine Reihe von

Maßnahmen an. Durch Einnahme des Eisenpräparats auf nüchternen Magen eine halbe Stunde vor dem Frühstück zusammen mit Orangensaft oder Vitamin C kann man die Resorption erhöhen, wodurch weniger Eisen in den Dickdarm gelangt. Es gibt auf dem Markt eine ganze Reihe von Eisenpräparaten mit unterschiedlichem Potenzial für eine Obstipation, sodass sich ein Präparatewechsel sicher lohnt. Man könnte das Müsli mit Buttermilch und Joghurt anmachen und Leinsamen oder Weizenkleie dazugeben. Laktulose oder Macrogol können problemlos über längere Zeit hinweg eingenommen werden. Wenn alle Stricke reißen, käme – abhängig vom Schweregrad des Eisenmangels und der Anämie – auch eine intravenöse Eisengabe in Betracht. ■

## Augenschutz

# Virtual-Reality-Brille nur mit Blaulichtfilter?

**?** Dr. Angela Sitter, Aachen: *Licht im kurzwelligeren blauen Bereich sagt man eine schädigende Wirkung auf Makula und Netzhaut nach. Augenärzte verschreiben deswegen bei Makuladegeneration oder Grauem Star sogenannte Kantenfilter, um den Blaulichtanteil herauszufiltern.*

*In Virtual-Reality-Brillen sind LED verbaut, die Blaulicht emittieren. Zu-*

*sätzlich sitzt zwischen Lichtquelle und Auge eine vergrößernde Linse. Was raten Sie einem Patienten, der Sie fragt, ob er unter der VR-Brille grundsätzlich eine Brille oder Kontaktlinsen mit Blaulichtblocker tragen soll?*

**!** MMW-Experte Stiefelhagen: Es spricht ja wohl nichts dagegen, eine solche Brille zu tragen.

**!** MMW-Experte Fießl: Zu diesem sehr speziellen Problem kann vielleicht die Bundesanstalt für Arbeitsschutz und Arbeitsmedizin in Dortmund eine qualifizierte Antwort geben. Ich würde aber generell von Videospiele und Virtual-Reality-Brillen abraten – wenn auch nicht zum Augenschutz, sondern aus Sorge um das kranial der Augen liegende Organ. ■