

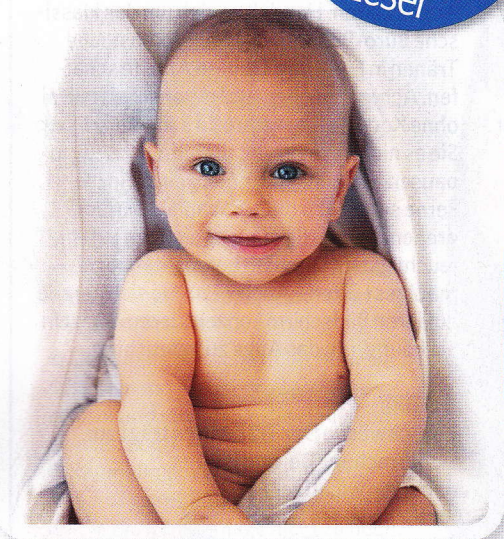


gesund&fit

Experten-Sprechstunde

# SIE FRAGEN - WIR ANTWORTEN

**EXPERTEN ANTWORTEN:** Auf [www.gesund24.at](http://www.gesund24.at) haben Leser/-innen die Möglichkeit, Fragen an Gesund-Profis zu stellen. Einige davon werden hier beantwortet.



## Unerfüllter Kinderwunsch

**Frage:** Mein Partner und ich leiden seit einiger Zeit unter unserem unerfüllten Kinderwunsch. Ich habe gehört, dass die Schilddrüse dahinterstecken kann?

**Antwort:** Die Schilddrüsenunterfunktion kann dafür verantwortlich sein, dass Frauen Probleme haben, schwanger zu werden, oder im schlimmsten Fall eine Fehlgeburt erleiden. Dabei sind Schilddrüsenhormone aus dem Gleichgewicht geraten, es kommt zu einer unregelmäßigen Regelblutung bzw. unregelmäßigem Eisprung, die Fruchtbarkeit ist vermindert. Frauen leiden zusätzlich oft an Symptomen wie Müdigkeit, Depressionen, sie frieren leicht und nehmen auch schnell an Gewicht zu. Die Diagnose und Untersuchung der Schilddrüse erfolgt mit einer Blutuntersuchung und einem Ultraschall, manchmal ist eine Szintigrafie notwendig. Eine Schilddrüsenunterfunktion lässt sich einfach mit Medikamenten behandeln. Bei unerfülltem Kinderwunsch sollte jegliche Funktionsstörung, sei sie auch noch so leicht, auf jeden Fall therapiert werden! Werden Frauen mit Schilddrüsenfunktionsstörungen schwanger, so ist es besonders wichtig, die Schilddrüse regelmäßig zu überprüfen, um Komplikationen zu vermeiden.

**DR. GÜNTER LINZBERGER**  
 Facharzt für Nuklearmedizin.  
[www.schilddruesengesundheit-wien.at](http://www.schilddruesengesundheit-wien.at)



## Magnesiummangel: Symptome und Behandlung

**FRAGE:** Man hört immer wieder von Magnesiummangel. Wie fühlt sich das an und was kann man tun?

**ANTWORT:** Magnesiummangel ist ein weitverbreitetes Problem. Klassische Beschwerden sind Muskelkrämpfe in den Waden, aber etwa auch Kopfschmerzen, eine gestörte Verdauung, Müdigkeit oder Schlafstörungen sowie Stimmungsschwankungen und Traurigkeit bis hin zu Depressionen können Anzeichen dafür sein. Liegt ein Mangel vor – eine Blutuntersuchung gibt Aufschluss darüber –, muss man nicht gleich zu Nahrungsergänzungsmitteln oder gar Medikamenten greifen, sondern kann erst einmal mithilfe der Ernährung versuchen, den Mangel auszugleichen. Neben dem regelmäßigen Verzehr von bei-



spielsweise Weizenkleie, Leinsamen, Amaranth, Quinoa oder Sonnenblumen- und Kürbiskernen kann auch Mineralwasser mit natürlichem Magnesium hilfreich sein.

**DR. CHRISTIAN MATTHAI**  
 Facharzt für Gynäkologie und Geburtshilfe. [www.matthai.at](http://www.matthai.at)



## Kontaktlinsen-Kauf: Was ist wichtig?

**FRAGE:** Kontaktlinsen reiben am Auge und sind unangenehm. Was muss ich beim nächsten Kauf beachten?

**ANTWORT:** Es gibt formstabile und weiche Kontaktlinsen. Die Refraktionswerte der Kurzsichtigkeit oder Weitsich-

tigkeit und die Höhe des Astigmatismus sind bei der Wahl wichtig. Eine Spaltlampenuntersuchung, bei der die Augenlidränder, die Bindehaut, die Hornhaut und der Tränenfilm für die Verträglichkeit und den idealen Sitz von Linsen beurteilt werden, ist notwendig.



**DR. SHEILA FOUS**  
 Fachärztin für Augenheilkunde.  
[www.augenaerzte-wien](http://www.augenaerzte-wien)

**SO FUNKTIONIERT ES:**

Stellen Sie Ihre persönliche Frage an die Experten auf

**gesund24.at**