

Alexandra Stumpenhagen

# RHINITIS ACUTA – ODER EINFACH SCHNUPFEN

Medizinerdeutsch verstehen.  
Von Kopf bis Fuß.

**KOMPLETT**MEDIA

Information zur Form der Schreibweise: Zur besseren Lesbarkeit wird im Buch die männliche Form (der Arzt, der Patient usw.) verwendet. Alle Personenbezeichnungen gelten gleichermaßen für beide Geschlechter.



Originalausgabe  
1. Auflage 2019  
Verlag Komplett-Media GmbH  
2019, München/Grünwald  
www.komplett-media.de  
ISBN: 978-3-8312-0535-6  
Auch als E-Book erhältlich

Lektorat: Redaktionsbüro Diana Napolitano, Augsburg  
Korrektorat: Korrektorat & Lektorat Judith Bingel M.A.  
Umschlaggestaltung: Guter Punkt, München  
Satz: Daniel Förster, Belgern  
Druck & Bindung: GGP Media GmbH, Pößneck

Printed in Germany

Dieses Werk sowie alle darin enthaltenen Beiträge und Abbildungen sind urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung, die nicht ausdrücklich vom Urheberrecht zugelassen ist, bedarf der vorherigen schriftlichen Zustimmung des Verlags. Das gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Bearbeitungen, Übersetzungen, Mikroverfilmungen und die Speicherung und Verarbeitung in elektronischen Systemen sowie für das Recht der öffentlichen Zugänglichmachung.

**Haftungsausschluss und allgemeiner Hinweis:** Die in diesem Buch dargestellten Inhalte dienen ausschließlich der neutralen Information. Sie stellen keine Empfehlung oder Bewerbung von diagnostischen Methoden, Behandlungen oder Arzneimitteln dar. Der Text erhebt weder einen Anspruch auf Vollständigkeit noch kann die Aktualität, Richtigkeit und Ausgewogenheit der dargebotenen Information garantiert werden. Der Text ersetzt keinesfalls die fachliche Beratung durch einen Arzt oder Apotheker und er darf nicht als Grundlage zur eigenständigen Diagnose und Beginn, Änderung oder Beendigung einer Behandlung von Krankheiten verwendet werden. Konsultieren Sie bei gesundheitlichen Fragen oder Beschwerden immer den Arzt Ihres Vertrauens!

# Inhalt

Vorwort .....	9
<i>Dr. Google – immer zur Stelle ...</i>	13
Tipps zum Umgang mit Dr. Google .....	16
Medizinerdeutsch ohne Dr. Google – so geht! .....	18
<i>Grundlagen</i> .....	21
Präfixe und Suffixe – fix gelernt und fix gewusst .....	21
Häufig verwendete Begriffe in der Medizin von A bis Z .....	24
<i>Basics, bevor es zum Arzt geht ...</i>	67
Rechte eines Patienten .....	67
Behandlungsfehler .....	74
Meist beginnt alles ambulant .....	77

<i>Die Sprechstunde</i> .....	85	Zuckerstoffwechsel .....	126
Was erwartet mich? .....	85	Hormonsystem .....	128
<i>Beispiele aus der Sprechstunde</i> ...	91	Weitere Hormone .....	130
<i>Arzneimittel und ihre Beipackzettel</i> .....	95	Nierenwerte .....	133
Namenszusätze .....	97	Harnsäure .....	134
<i>Apparative Diagnostik</i> .....	99	Leberwerte .....	135
Die Vitalparameter .....	99	Bauchspeicheldrüsenwerte .....	137
Die Blutuntersuchung .....	104	Herzwerte .....	138
<i>Blutwerte</i> .....	109	Blutkulturen .....	140
Kleines Blutbild .....	109	<i>Andere Substanzen</i> .....	141
Großes Blutbild (kleines Blutbild + Differenzialblutbild) .....	114	<i>Andere diagnostische Verfahren</i> ..	143
Die Blutgerinnung (Blutstillung oder Hämostase) .....	114	<i>In der Kürze liegt die Würze</i> .....	151
Die Entzündungswerte .....	117	Gängige Abkürzungen .....	152
Elektrolyte .....	118	Lagebezeichnungen .....	153
Spurenelemente .....	121	<i>Der Facharzt</i> .....	155
Fettstoffwechsel .....	123	<i>Von Kopf bis Fuß – Begriffe auf einen Blick</i> .....	163
		Kopf .....	163

Brustkorb .....	176
Bauch- und Beckenbereich .....	190
Der Bewegungs- und Stützapparat .....	211
Die Haut .....	219
<i>Der Krankenhausaufenthalt</i> .....	227
Aufnahmetag .....	228
Aufstehen .....	228
Visite .....	229
Entlassung .....	231
<i>Shared Decision-Making - zusammen besser</i> .....	233
<i>Register</i> .....	237
<i>Literatur</i> .....	255

# Vorwort

## Willkommen im Klub der Patienten

Patient ist man von Anfang an. Bereits als Neugeborenes wird man regelmäßig ärztlich untersucht – aber man erinnert sich nicht daran und hat vielleicht noch vage Erinnerungen an Impftermine im Kindesalter. Im Jahr 2006 änderte sich dies in meinem Fall. »Diagnose: Diabetes mellitus Typ 1« stand auf dem Arztbrief nach einem zweiwöchigen Aufenthalt im Krankenhaus. Plötzlich war ich Patientin und gehe seitdem alle drei Monate zum Diabetologen und einmal jährlich zum Augenarzt.

## Wie ich danach Ärztin wurde

Ich komme aus keiner Arztfamilie, im Prinzip gibt es in meiner Familie nicht mal annähernd jemanden, der medizinisch tätig ist. Die Idee, Humanmedizin zu studieren, war ein Mix aus einer grundlegenden Neugier auf die Funktionsweise des menschlichen Körpers, zu vielen Arztserien wie »Grey's Anatomy« und »Dr. House«, meinen regelmäßigen Arztbesuchen, die mich automatisch mit der Medizin konfrontierten, und der generellen Lust, mit Menschen zu arbeiten, ihnen zu helfen und vor allem im Bereich der inneren Medizin tätig zu werden.

## Warum dieses Buch?

»Sie haben Diabetes mellitus Typ 1 – eine Autoimmunerkrankung, bei der das Pankreas durch Autoantikörper seine Funktion verliert und kein Insulin produziert«, so die Ärzte bei Diagnosestellung.

Das Pankre-was? Insulin? Was habe ich jetzt genau? Ich traute mich nicht nachzufragen, da sich alles sehr selbstverständlich anhörte und ich dachte, dass ich das wahrscheinlich hätte wissen müssen. Ja, so fühlt man sich häufiger als Patient und es ist kein schönes Gefühl. Dabei ist die aktive Mitbeteiligung des Patienten rund um seine Gesundheit das primäre Ziel und dafür ist eine verständliche Kommunikation unabdingbar.

## Wie kommt es dazu, dass Ärzte so oft in ihrer Fachsprache sprechen?

Bereits während des Medizinstudiums begleitet man Ärzte auf Visiten oder ist bei Sprechstunden dabei und auch damals stand ich als Studentin häufig daneben und habe aus dem ärztlichen Gespräch nicht alles verstehen können.

Man muss sich das vorstellen, wie wenn man eine Fremdsprache lernt. Zu Hause Vokabeln auswendig lernen und ab und an mal anwenden ist vielleicht grundlegend gut, aber man muss eigentlich erst einmal in demjenigen Land gewesen sein, um das richtige Feeling für die Fremdsprache zu bekommen.

So lernt man als Medizinstudent zunächst vieles auswendig, ohne dass man es regelmäßig anwendet. Während des Studiums, aber vor allen Dingen danach, ändert sich dies, da man immer mehr in die Medizinwelt eintaucht, tagtäglich mit all den Begrifflichkeiten umgeben ist, sie selbst verwendet und so eine Selbstverständlichkeit entsteht, die im Arzt-Patienten-Gespräch ihren Lauf nimmt.

Nehmen Sie es also Ihrem Arzt nicht allzu übel, wenn er mit Worten um sich schmeißt, die wie eine Fremdsprache klingen. Ich selbst habe mich in der Visite als Ärztin auch schon mal dabei erappt, Medizinerdeutsch zu sprechen, und glauben Sie mir, man merkt es nicht sofort und man beabsichtigt es auch nicht.

Wozu also dieses Buch? Um Klarheit zu schaffen, um eine gute Basis in der Arzt-Patienten-Kommunikation zu unterstützen und um Patienten, also SIE, mit genügend Informationen zu versorgen – all das gab mir Anlass, dieses Buch zu schreiben. Schön, dass Sie dieses Buch jetzt in den Händen halten – reisen wir nun gemeinsam in das Land des Gesundheitswesens und lernen die Sprache der Medizin kennen!

# Dr. Google – immer zur Stelle

Fangen wir mit einem sehr beliebten Arzt in Deutschland an: Dr. Google ist der Arzt, dem die Patienten vertrauen. Er steht im täglichen 24-Stunden-Dienst Rede und Antwort bei Beschwerden und medizinischen Fragen, übersetzt fleißig medizinische Fachbegriffe und bietet eine Bandbreite an vielen Informationen und Austauschmöglichkeiten.

Die Recherche auf medizinischen Informationsseiten und in Foren ist nichts Neues in der Welt der Medizin. Rund zwei Drittel der Deutschen informieren sich im Internet vor dem Gang zum Arzt, ungefähr genauso viele suchen nach dem Arztbesuch online nach detaillierteren Informationen zu ihrer Diagnose. So werden unter anderem Behandlungsmöglichkeiten und ärztliche Empfehlungen überprüft, Erfahrungen anderer Patienten gelesen und nach Expertenwissen für Laien gesucht.

Dr. Google hat rund um die Uhr Sprechstunde, auch abends oder nachts, wenn einem etwas am Körper auffällt oder plötzlich Beschwerden eintreten und man nicht weiß, woher diese stammen. Wie sich oft herausstellt, ist

diese Sprechstunde nicht immer und für jeden die allerbeste Wahl. Für ein Beispiel machen wir kurz einen Abstecker in die Notaufnahme:

Die Vielfalt der Medizin bildet sich in einer Notaufnahme relativ gut ab. Es kann drunter und drüber gehen, hektisch sein, schnelles Handeln erfordern. Patienten von jung bis alt stellen sich mit den verschiedensten Beschwerden vor, auch so manch ein Google-Patient saß mir schon gegenüber.

Eines Nachts kam während meiner Dienstzeit eine Patientin in Angst versetzt in die Notaufnahme. Sie hatte ihre Selbstdiagnose dank einer Internetrecherche schon gestellt und drückte mir einen Zettel in die Hand. »Das habe ich wohl, ich konnte mir den Begriff nicht merken und weiß nicht, wie man den ausspricht.«

Auf dem Papier stand »Dengue-Fieber«. Auf Nachfrage berichtete sie weiter: »Ich bin seit einer Woche erkältet, hatte in den ersten zwei Tagen Fieber und Gliederschmerzen und nun habe ich heute Abend einen Mückenstich am Bein bemerkt, wo ich nicht weiß, wie lange ich diesen schon habe. Im Internet stand, dass das tödlich enden kann, ich konnte mich nicht beruhigen und nicht mehr schlafen.«

Wenn man bei Google die Begriffe »Fieber« und »Mückenstich« eingibt, so stößt man tatsächlich schnell auf diese Viruserkrankung, welche durch Stechmücken in tropischen und subtropischen Regionen übertragen werden

kann. Auf Reisen war die Patientin zuletzt nicht. »Aber da stand, dass es auch in Europa vorkommen kann!« Es erfolgte eine Untersuchung mit Blutabnahme. Im Blut zeigte sich die Testung auf tropische Erkrankungen negativ, die Entzündungszeichen waren minimal erhöht, der Rest der Befunde war unauffällig – schlussendlich handelte es sich um einen grippalen Infekt, der bereits in der Ausheilungsphase war.

Nicht immer stößt man also auf das Richtige bei der Suche nach der Diagnose, was zu Beunruhigung und Unsicherheit führen kann. Einige gehen aufgrund von Besorgnis und Angst um ihre Gesundheit zum Arzt, wo sich häufiger herausstellt, dass nichts Krankhaftes hinter den Beschwerden steckt.

Lassen Sie sich jedoch auch nicht sofort von einem Arztbesuch abbringen, wenn Sie Beschwerden haben und diese laut Ihrer Internetrecherche harmlos erscheinen oder von selbst verschwinden sollten. Sie können damit gesundheitliche Folgen riskieren, indem sich der Gesundheitszustand im weiteren Verlauf verschlechtert, weil eine erforderliche Therapie nicht rechtzeitig eingeleitet worden ist.

All die Recherchen und vor allem die Informationsfülle kann so manch einen überfordern, denn woher die Informationen stammen und wie gut sie sind, ist vielleicht nicht auf den ersten Blick ersichtlich. Häufig weiß man

am Ende nicht, was man hat, und wenn man laut Recherche etwas hat, dann kann man an nichts anderes mehr denken. Man fängt an, in sich hineinzuhorchen, und alles wird noch schlimmer. Wenn bei Ihnen also sowieso schon Tendenzen zum Hypochonder bestehen, dann sollten Sie die Suchmaschine lieber gar nicht erst benutzen. Nicht umsonst kursiert bereits der Begriff »Cyberchondrie«, welcher das Googeln von Beschwerden und damit verbunden das Einbilden von schweren Erkrankungen zusammenfasst.

Entscheidungen im Hinblick auf eigene Gesundheitsfragen sollte man also sicherlich nicht nur in die Hände von Dr. Google legen, aber grundsätzlich ist es nicht verkehrt, sich zu informieren. Informieren Sie sich bei Bedarf vor und nach einem Arzttermin, hinterfragen Sie die Informationen aus dem Netz aber auch kritisch und sprechen Sie bei Unsicherheiten mit Ihrem Arzt darüber. Das Beschäftigen mit der eigenen Gesundheit kann sich schließlich positiv auf die Behandlung auswirken, da Sie gewissenhafter mit Ihrer Gesundheit umgehen und informiert bleiben.

## TIPPS ZUM UMGANG MIT DR. GOOGLE

Dr. Google kann dem Serienarzt Dr. House auch manchmal ziemlich ähnlich sein, wenn er die seltensten Erkrankungen bei Ihnen diagnostiziert. Doch meist ist alles harmloser, als es erscheint.

Wenn Sie nach etwas suchen sollten, dann wählen Sie die Begriffe so spezifisch wie möglich. Je mehr Schlagworte Sie benennen, desto spezifischere, auf Ihre Beschwerden abgestimmte Ergebnisse werden Ihnen geliefert.

Aufgepasst: Die Ergebnisse sind aber nicht nach inhaltlicher Qualität oder Relevanz sortiert. Durch verschiedene Algorithmen sortiert die Suchmaschine nicht das am häufigsten vorkommende Schlagwort, sondern zeigt durchaus auch Treffer ganz oben an, welche seltene Erkrankungen betreffen.

Teilweise kommen über Tausende an Treffern heraus, wo also zunächst herausgefiltert werden muss, welcher möglichst seriöse und richtige Informationen liefert. Man sollte stets bedenken, dass das erste Ergebnis, das oben in der Liste auftaucht, nicht gleichzeitig das beste ist. Das ist der Punkt, an dem man vor einer der schwierigsten Aufgaben steht – nämlich herauszufinden, welche Webseite gute Gesundheitsinformationen anbietet. Im Impressum der jeweiligen Seiten kann man häufig nachlesen, von wem die Informationen stammen. Sind es Experten, Mediziner oder öffentliche Einrichtungen wie beispielsweise Bundesämter? Dann kann man diesen Informationen in den meisten Fällen vertrauen.

Wichtig ist, dass Sie Ihrem Arzt im Gespräch offen berichten, was Sie beschäftigt, was Sie nachgelesen haben, wo Sie Bedenken haben. Die Aufklärung des Patienten und der



gezielte Einsatz bestimmter Informationsquellen aus dem Internet gehören heute zum Alltag eines Arztes dazu. Das Internet ist unübersichtlich und gerade deswegen braucht der Patient die Kompetenz des Arztes, um die richtigen Entscheidungen hinsichtlich der eigenen Gesundheit zu fällen.

## MEDIZINERDEUTSCH OHNE DR. GOOGLE – SO GEHT’S!

Wie kommen die Sprache und all diese Begriffe überhaupt zustande?

Der medizinische Wortschatz umfasst etwa 200.000 Begriffe. Die Worte stammen aus dem Lateinischen und Griechischen, wobei modernere Begriffe auch aus dem Englischen und Französischen kommen.

Direkt zu Beginn des Medizinstudiums gibt es das Fach »Medizinische Terminologie«, wo der medizinische Fachwortschatz gelehrt wird, um die fachsprachliche Kommunikation zu ermöglichen und so eine eindeutige Informationsvermittlung zu gewährleisten. Man lernt die Medizin direkt mit ihren Fachwörtern kennen, das Erklären dieser für Laien wird einem jedoch nicht beigebracht, weswegen sich viele Ärzte mit »einfachen Worten« dann auch schwertun.

So ist den meisten Ärzten irgendwann gar nicht bewusst, dass sie mit all den Fachwörtern in Rätseln sprechen. Aus Bluthochdruck wird Hypertonus, aus Schnupfen Rhinitis.

Das Entziffern von Arztberichten und Befunden ist für Patienten ohne Dr. Google nur schwer möglich. Aber warum das Internet durchforsten, wenn man doch eigentlich den Arzt fragen kann!

Ja, ja, einfacher gesagt als getan, und wenn getan, dann meist ohne das gewünschte Ergebnis, denn im Gespräch tauchen neue Fachwörter auf und die Fragezeichen häufen sich. Jetzt kommen wir also hier zusammen, an dem Punkt, wo der Patient dem Arzt und sich selbst entgegenkommt. Denn nichts ist wichtiger, als dass der Patient, also Sie, gut informiert ist und zusammen mit dem Arzt Entscheidungen im Hinblick auf seine Gesundheit treffen kann – und ja, es geht nämlich (fast immer) auch einfacher, wenn es heißt: »Rhinitis acuta – oder einfach Schnupfen«!