

NEWSLETTER

Praxisteam Dr. POLO LEON

ARZTPRAXIS ALLGEMEINMEDIZIN

Dr.med. Napoleon POLOLEON

Fleischmannstr. 24, 90419 Nbg
0911 33 55 69 Fax 0911 378 66 77
arztpraxis@drpololeon.de

www.hausarzt-pololeon.de



Juni 2018

Frühling-Allergie- Qual Der Frühling ist die schönste Jahreszeit, die Natur atmet auf, lässt alles in Pracht erblühen. Für Allergiker eine Qual. Es beginnt mit Erle und Hasel und manche Menschen erleiden kurz nach der Wintergrippe die schlimme Zeit der Pollenallergie. Die Symptome sind Schnupfen, Husten, Augenjucken, Hautausschläge, Müdigkeit und ein geschwächtes Immunsystem. Dies hat enorm zugenommen seit den 90er-Jahren. Warum das so ist, ist schwierig zu sagen. Hilfe gibt es nur durch Medikamente, welche die Symptome lindern. Auf Dauer können aber schwere Erkrankungen durch die Allergie mit sich gezogen werden. Eine hilfreiche Therapie ist die Desensibilisierung während der Winterzeit. Hierfür müssen ein Allergietest und ein Anamnesebogen als Grundlage genutzt werden. Für Kinder gelten natürlich andere Regeln und der Beginn der Therapie sollte so früh wie möglich erfolgen, um den größten möglichen Erfolg zu erzielen. Vor allem sollten Sie bei starkem Pollenflug abends duschen und abends auch Haare waschen. Nur in den Morgen- und Abendstunden lüften. Türen und Fenster am Tage geschlossen halten. Betten u. Wäsche nicht nach draußen hängen, damit sich Pollen hier nicht festsetzen können. Keiner starken körperlichen Belastung in der Natur aussetzen. Die Pollen verschwinden erst wieder beim Regen. Auch im Haus ist Pollenstaub, dieser lässt sich nur mit einem nassen Tuch beseitigen, da der Pollenstaub hartnäckig und klebrig ist. Genießen Sie trotzdem das Frühjahr und gehen Sie gegen den Feind an, indem Sie die Allergie bekämpfen. (Torka)



Sternenhimmel, verborgene, nicht erlebte Kindheit. Doch gestatten eine Träne der Freude. Weil ja, es gibt nur Zukunft. Licht der Liebe. Ein Lächeln, das in den Kern durchdringt. Ein Lächeln wie Juwelen, die tausend Sonnen in den Schatten stellen. Frische Sterne tanzen in ihren Augen. Augen der Gazellen, der Meere. Jetzt wissen wir, Sterne lachen in ihren Augen und erfreuen die Herzen auch spät in der Nacht. Es gibt keine Schuld, nur Erkenntnisse. Sterne suchen bis die Kindheit gefunden wird. Die Kindheit, das Lachen der Kindheit. Das Schöne, das Zarte strahlt in ihren Augen, der Himmel spiegelt sich dort wieder. Die Blumen, der Frühling werden wach in der zarten Haut von Engeln im Flug. Kein Groll, die Kindheit gehört ihnen. Sie schauen mir in die Augen und strahlen, leise und tief wie neu geborene Götter des Olympos. **Wahrheitsgemäß** sagen, die Schönheit ist immanent, innewohnend, wie den Blumen die Frische, wie dem Wasser die Klarheit, wie dem Himmel das Blaue. Geschmeidig. Sterne begleiten die Einsicht, den Willen, den Blick zum Horizont. Nach vorne schauen. Verzweiflung verbannen. Notfalls wie der Phönix aus der Asche, unberührt, die Last abperlend, tadellos hervortreten. Mit der Kraft der eigenen Überzeugung, des Einzigartigen. Wenn ein Horizont mit den eigenen Händen gewebt wird, aus der Mühe, mit Muse, das ist wertvoller als allein aus der Verpackung zu kommen. Durchhaltevermögen, eine neue Zeit des Lebens hat angefangen. Ein Naturtalent, ein aufbrausendes Denken, ein begabtes Prachtstück, oder etwas von allem. Was für Hoffnungen und Träume. Inbegriff der Liebe. Auf dem Schreibtisch lächelt ein Engel, das Herz frohlockt, die Ausstrahlung zeigt sich von allein, den Geist pflegen, lernen. Der Klang wohnt in der Sprache und kommt allein zum Ausdruck. Vom Leben freuen, von Hoffnungen träumen. Alles in den Händen haben und damit Schlösser bauen. Alles, die Jugend, die Zukunft, alles liegt in den Händen. Ihr habt es, die mir nicht gehört. Unsere wurde es mir verweigert. Sie kam auf die Idee, das ist aber meine Kindheit. Die Gruppe, die ich bin und die ich nicht sein kann. Das gehört Euch. Frieden schließen, aber Narben bleiben. Die Alten haben Vergangenheit, die Jugend hat Zukunft. Ich bekenne mich schuldig. Nicht verurteilen, ich habe alles getan. Liebes Kind, es geht mir schlecht, ich kann nicht heulen, aber nun alles vergangen. Das Leben mit Leid und Freude erfüllen, mehr mit Liebe, abgöttisch. Jeden nicht mehr, nicht weniger, nur anders. Die Bühne ist offen, die Zukunft erwartet Euch und wartet auf Euch, uns. Ihr seid ausgestattet im Sinne des Zeitgeistes. Allez-y! Das Herz macht Freuden sprünge als Gütezeichen. Sie allein sehen sie, dann jubiliert das Herz. Ressourcen vorhanden, nie in Not. Nach vorne durch Üben. Die Sehnsucht nach der Kindheit. Wenn sie spricht, ist es wie Melodie für die Ohren. Wenn die Wimpern aufschlagen, wenn das Sonnenlicht die kahlen Äste erfasst, oh, Wunder, entspringen ihnen wie von Zauberhand frische Knospen, gelbe Welten, um die Erde zu belächeln. Vielleicht eine Vorwarnung für spätere Zeiten, aber jetzt macht das Herz Freuden sprünge, wenn das Glückszeichen einen anschaut. Beflügelte Wesen sprangen direkt aus dem Herz und voilà, sie sind da, echt und wunderschön, denen ihre Mutter Leben einflößte. Notfalls wie der Phönix aus der Asche, unberührt, die Last abperlend, tadellos hervortreten. Mit der Kraft der eigenen Überzeugung, des Einzigartigen. Ihr seid jung, die, die heute oben stehen sind alt und werden bald gehen. Der Jugend gehört die Zukunft, keine Floskel. Es müssen zwangsweise alle Türen aufgehen. Floskeln kleben wie Kaugummi auf der Wäsche. Die Begabung sprudelt. Sie hat die innere Kraft. Sich auf das Wesentliche konzentrieren, Prioritäten setzen, zuerst das tun, was darauf aufzubauen ist. Wenn die Zeit gekommen ist, werdet ihr noch sehen, was sie kann. Sterne begleiten die Einsicht, den Willen, den Blick zum Horizont. Sie werden immer jung bleiben, sich alle Jahre häuten, den Jungbrunnen verpackten. Bei jedem Wetter auf dem Fahrrad mit einem offenen Hemd und Jacke, sich über das Wetter beklagen. Es gibt kein schlechtes Wetter, nur schlecht angezogene Menschen. Peinlich. Sich des Lebens erfreuen, es aktiv gestalten. Sich erneut den Strapazen stellen. Zeichen setzen, die Latte hochsetzen. Allen wird es zugute kommen. We d'ont have anything to lose, but a world to win. Klares Denken, konzentriert, fokussiert, begeistert sachlich, beflügelt. Freuen wir uns desto mehr des Lebens. **Phantast**: Eine Linie mit Schwung. Schwerelos in dem Rhythmus der Schmetterlinge. In dem Land der Flügelschläge, der durchsichtigen und kategorischen Klärung. Wo warst Du, Baum mit Lianen? Wie wird Dein Wesen von der verlorenen Heimat erfahren, wie wird es Dir den Duft des größten Flusses vor Augen führen? Ab heute an Dich denkend, suche Dich. Man ahnte, dass Du erscheinst, samt Früchten, Kraft. Um Dein Wesen erblühen zu lassen. Ein Leben pur erleben und Deine Sehnsucht erleben lassen. Deine Präsenz ist die Gabe. Dein Schwung ist Heil. Täglich die Zukunft sehen. Sehnsüchtig warten, auch wenn alles bereit steht: wir kennen uns. Wenn die Zeit gekommen ist. Wir haben auf die Muse gewartet. Dein Wesen ist faszinierend, es ist die Sehnsucht nach Dir. Verkörperung der Phantasie. Wenn das Wort sich formuliert, steigt es in den Kopf bis es von einem nicht zu bremsenden Willen der Vernunft erfasst wird. Aus mir wird ein Raubtier mit zerfleischenden Zähnen, die aber wenn es darauf ankommt, sich zu zarten genießenden Pantoffeln verwandelt. Ich weiß, Du kannst auch mit dem Herz. Die Sehnsucht aller Menschen, menschlich. Vorsichtig ran, doch überzeugt, bereit. Zusammen teilen, das gibt uns Sicherheit, kein Platz für Eifer. Doch es lauert dauernd um uns und wir begegnen es mit Herz und Geist. Das ist eine Herausforderung, die es zu meistern gilt. Du allein ganz und gar. Was tun, als Freiwillig ausgeliefert. Bestimmt salopp der Ausdruck. Widme Dein Herz, alles ist schöner, dann vibriert es, wie in einem Raptus, bedingungslos, dann leuchtet alles vor Freude. Wir wissen, wie wir denken und fühlen, dann wir können uns bei Umtrieben überführen. Glücksfall, der die Sehnsüchte erfüllt. Lass die Zeit klären, ob es gut ist. Du schenkst das Gefühl vom Leben. Das Begehrteste jemals im Leben begegnen. Magnetische Kräfte ziehen, wie der Kolibri den Nektar. Eine freundliche Distanz bewahren. Zweifel beseitigen. Bereiten wir uns. Alle Laster, Vergangenes lassen, sich bekennen, innig überzeugt sein, in die Augen schauen und nachvollziehen. Nur sein, sonst alles ist nichts. Reden. Vernünftig gedacht und überlegt, in der ganzen Konstellation des Lebens. Es waren Tage der Dankbarkeit. Abschied nehmen. Besonnen bleiben. Nicht alle Menschen haben auf dieser Welt die Chancen. Nach dem Paradies, wo ich gekommen bin, in die Stadt gelandet bin, habe ich das Ungerechte gesehen. Ändern ist die Perspektive. Es sind Ideale. Was kann man damit anfangen, wenn man nichts hat? Doch bewegen. Man hat nichts zu verlieren, aber eine Welt zu gewinnen. Ein Che hatte alles, aber er gab alles das auf und ging diese Ideale der Menschenwürde überall zu verbreiten. Dann wurde er ermordet. Ja, ein Don Quijote. Damit scheitern oder sterben die Ideale nicht.

Das Gesetz in seiner majestätischen Gleichheit verbietet den Reichen wie den Armen, unter Brücken zu schlafen, auf den Straßen zu betteln und Brot zu stehlen. Anatole France (1844-1924)

Oh, Mann: in der letzten Zeit häufen sich Berichte über Fälle von Übergriffen an bzw. Missbräuche an Frauen. Bedauerlich, dass diese Übergriffe erst jetzt der Öffentlichkeit bekannt werden. Aber auch wenn dies spät geschieht, so ist es doch wichtig, dass diese Fälle an den Pranger gestellt werden. Selbst unbeteiligte unschuldige Männer empfinden in der Folge, eine gemeinsame kollektive Schuld. Was ist der Grund für das Verhalten der Männer? Nicht allein, weil der Mann hormonell bedingt körperlich stärker, auch aggressiver ist. Die soziale Komponente wird in der Diskussion nicht oder kaum erwähnt: die Erziehung in der Familie mit veralteten Erziehungsmustern, der religiöse Faktor, der die Frau dem Mann unterordnet ansieht, das Patriarchat. Diese Strömungen ignorieren eine Realität, die die Wissenschaft und die Erfahrung über die Geschlechter belegt: die Frau ist geistig ebenso wie der Mann mit allen Begabungen und Kompetenzen ausgestattet. Doch allein diese Erkenntnisse reichen nicht aus, um in dieser Gesellschaft, die Frau als eigenständige menschliche Instanz zu verstehen, sie, die der Ausbeutung doppelt ausgeliefert ist, als Arbeitskraft und für die Kinder Zuständige. Erst in einer Gesellschaft außerhalb der Wareninteressen kann die Frau von ihren Ketten befreit werden.

Dinos: es ist schon erstaunlich, wie unsere Sicht der Welt sich ändert, allein durch die Entwicklung der Wissenschaft, der Erkenntnisse über die Natur, über die Menschen und das Denken. Ein Beispiel: die Werbung der Automobilindustrie mit ihren Karossen, voller Kraft und Protz, wirken wie untergegangene Dinosaurier, die nur noch einen müden Wimpernschlag vollbringen können. Trotz wahrer Selbstverständlichkeiten starrt die Vergangenheit hartnäckig.

Stadtluft und Sport: Die Grundlage einer gesunden Lebensweise ist eine gesunde Ernährung und Bewegung. Jetzt stellt sich heraus, dass schon geringe körperliche Aktivität in der Nähe befahrener Straßen, die positive Wirkung der Bewegung auf Atmung und Kreislaufsystem zunichtemacht. Wie lange kann die Menschheit noch auf der Erde vergiftet werden? Im schnellen Tempo werden uns Menschen die Lebensgrundlagen auf der Erde entzogen. Die Luft Giftgase, der Boden noch voller Schadstoffe, das Grundwasser vergiftet, die Meere vermüllt, die Gletscher schmelzen. Die Gier nach Gewinn der Weltwirtschaft, um mehr Umsatz, das Streben nach neuen Kolonien des großen Kapitals, das System treibt die Erde zur Katastrophe, die keine Rückkehr möglich. Keine Spinnerei, kein Extremismus. Der Auftrag der Ärzte ist die Gesundheit der Menschen und in der jetzigen Situation ist es höchste Zeit, dass die Medizin, alle Ärzte Stellung nehmen, Partei zur Befreiung der Ketten der zerstörerischen Macht auf der Welt ergreifen. Nicht nach dem Motto nach mir die Flut. Wenn die Erde in unserer Zeit noch nicht in die Katastrophe umkippt, haben wir doch eine Verantwortung zu tragen, dass die neuen Generationen die frische Luft auf der Erde atmen dürfen.

Vogel des Untergangs als Logo thronend. Verdammnis für alle Menschen, nicht für die Kinder. Aber wehret die Anfänge! Dagegen mit Menschenwürde, Internationalismus, neue Perspektiven. Das Zeichen ist ein Schlag ins Gesicht. Das Ultimative des Bösen. Das Schlimme: es lauert dauernd. Jetzt sogar im Parlament. Wie kann es sein? Dumme? Von wegen. Jede Veränderung in das Gemachte, durch Systemkrisen oder jetzt durch Einwanderung verursacht durch Krieg und Armut springen die ewig Gestrigen. Kolportiert und angefeuert durch die Macht, streben die komplette Kontrolle, um dann den Terror zu etablieren. Deswegen wollen die Menschen eine neue Friedensbewegung. Und erneut: Die religiösen Eiferer entsprechen der rechten Eiferer. Diese Mörder wollen mit dem Terror auf Erden, das Paradies ergattern. Das Logo der Finsternis, das Hakenkreuz, die reale Hölle, das Mordern mit System, in Ruhe hungrig wartende, immense, bereit zu zerfleischende Hyäne.

Provokation: Die Stunde der Gestrigen hat geläutet und nun in der Form einer Fraktion im Parlament wurden Anfragen gestellt: 'Schwerbehinderte in D und Entwicklung mehrerer Krankheiten in D'. Dort wird die Zunahme von Behinderungen und Infektionskrankheiten böshaftig mit der 'Masseneinwanderung von Flüchtlingen' und mit deren Inzucht in Verbindung gebracht und damit pauschal stigmatisiert. 300 Mediziner, -ethiker und -historiker (Ärzte Zeitung) kritisieren diese Anträge, denn sie versuchen Menschen mit Behinderung und Flüchtlinge zu stigmatisieren. Nur bei 3,8% aller Behinderten ist die Erkrankung angeboren, davon nur ein Teil genetisch bedingt und diese schwindend gering durch Verwandtschaft bedingt. Es ist nicht die Ignoranz der Antragsteller zu bewerten, sondern diese Anträge haben das politische Ziel, die Meinung der Bevölkerung gegen diese Menschen in Stellung zu bringen. Die Provokationen haben Methode und haben in der Vergangenheit zu Weltkriegen geführt mit verheerenden Auswirkungen, die Millionen von Menschenleben gekostet und Leiden verursacht hat. Lass uns klar reden: diese Fraktion ist der Wegbereiter des Faschismus. Wehret die Anfänge!

Runder Schädel: Die Schädelform samt Organisation und Funktionen des heutigen Menschen – homo sapiens=wissender Mensch- entwickelte sich erst in den letzten 35.000 bis 100.000 Jahren, also relativ früh im Vergleich zur langen Entwicklung seit dem homo erectus- aufrecht stehender Mensch. Die Gehirnform entwickelte sich von der länglichen Form in die runde Form infolgedessen mit Veränderungen in zwei Areale: Wölbungen im Scheitellappen im Großhirn und des Kleinhirns. (Max-Planck-Institut)

Gesichtserkennung: Nicht genug, dass wir durch die Kommunikationsmittel wie Smartphones als Ware ausgeliefert sind, oder durch das neue Polizeigesetz allein durch Verdacht verhaftet werden können, wurde die Gesichtserkennung in Australien durch Gesetz verankert. Somit können persönliche Daten gesammelt, gespeichert und freigegeben werden. (Institut Ranke-Heinemann)

20 Aminosäuren: Zuerst bestand das Leben aus 13 Aminosäuren, die auch in den Meteoriten gefunden worden sind. Aber das Leben auf Erden heute besteht aus 20 Aminosäuren. Die neuen sieben Aminosäuren sind weicher, reaktiver. Die Aminosäuren werden durch die DNA gelesen, um das Leben zu reproduzieren. (Uni-Mainz)

Kurzzeitgedächtnis: Ein Protein namens APP (Amyloid precursor protein) spielt für das Gedächtnis des Menschen eine zentrale Rolle. Im Alter werden durch die Spaltung dieses Proteins in ihre Bestandteile Gedächtnisstörungen verursacht. Diese Erkenntnis wurde durch Studien bei der Fruchtfliege gewonnen. Wurde die Spaltung des APP verlangsamt, hatten sie noch ein gutes Gedächtnis. Ein neuer Ansatz für die Erforschung der Demenzkrankheit.

Alzheimer- nur Amyloid? Die Lehrmeinung ist, dass die Amyloid Plaques bildet, die Nervenzellen zerstört und damit das Gedächtnis löscht. Es wurde bei einem Mausmodell festgestellt, dass genetische Mutationen die Funktion der Mikroglia (spezielle Immunzellen) im Gehirn verändern und zur Alzheimer-Erkrankung führen können. Ein Therapieansatz wäre dann die Mikrogliaaktivität zu steuern. (LMU-München)

Abfallwirtschaft im Gehirn: Im Gehirn fehlen lymphatische Gefäße, die metabolische Abfälle entsorgen. Stattdessen schwimmt das Gehirn in Liquor. Dort befindet sich ein glymphatisches System, was einen hocheffizienten Massenfluss des Liquor gewährleistet. Wie dieses System kontrolliert gesteuert werden kann, um die Entsorgung der Abfälle (Tau-Proteine) zu steigern, wird eine Arbeit für die Forschung.

Gehirn 36 Stunden ohne Körper: Vier Stunden nach dem Tod von Schweinen ist es gelungen die Mikrozirkulation der Gehirne mit Sauerstoff und Nährstoffen wiederherzustellen. Allerdings wurde berichtet von Nulllinien-EEG und irgendwelche Zeichen von Bewusstsein. (Yale University, New Haven) . Jetzt ist es noch spekulativ, eine Aussage zu machen, auch wenn alle Voraussetzungen erfüllt sind ob ein Gehirn ohne Körper mit Bewusstsein leben kann. Es kann schon Folgendes gesagt werden: Das Gehirn gehört zum Körper, das Denkvermögen ist von einem Gesamtorganismus abhängig, in dem Raum und Zeit am Engsten verbunden, in Unterschied zum Herzen, ein Pumporgan. Oh, die Seele: Immer wieder die Seele. Jetzt lassen wir die Seelenerkunder damit in Ruhe, aber immer mit Respekt.

Methyglyoxal- MG, was? Die Lehrmeinung ist, dass Diabetes Patienten einen hohen Spiegel des Zuckerabbauprodukt MG aufweisen. Um diese Lehre zu überprüfen wählten Forscher die Fruchtfliege. Sei es bemerkt, dass sich der Energiestoffwechsel sehr früh entwickelt hat, deswegen können Ergebnisse auf höhere Lebewesen übertragen werden. Nun schalteten die Forscher das MG abbauende s Enzym genetisch aus: die Tiere entwickelten eine Insulinresistenz, Hyperglykämien, Stoffwechselentgleisungen und wurden fettleibig; MG kann nicht die Folge, sondern eher die Ursache des Diabetes sein. Die Antwort für die nächste logische Frage soll noch erforscht werden: was ist die Ursache für den hohen MG- Spiegels? (Uni-Heidelberg)

200 . Geburtstagjahr K.Marx: Aus diesem Anlass ist die Diskussion in der selbstgenannten freien Presse über das theoretischen Werk von K.Marx: Das Kapital. Zuerst weil es nicht mehr gelehrt wird, dass der Kapitalismus an seinen Grenzen geraten ist und die Welt von Unruhen erschüttert wird. Die Supermächte zetteln Kriege in der Welt an, um neue Absatzmärkte zu erlangen, ohne Rücksicht auf Menschenleben, Flächenbrand hinterlassen, Flucht und Vertreibung verursachen. Waffenexporte: um Leben zu töten. Zweitens die genialen Erkenntnisse über die Gesetze des Kapitals nicht verschwiegen werden kann, weil diese Erkenntnisse wissenschaftlich sind. Man fragt sich aber, was ist mit den 'Denkern' von heute los, so bedürftig. Philosophen, Wirtschaftsweisen als Experte gefeiert, die viele Bücher schreiben, oder der VW ex Manager Herr Winterkorn, wie viele Manager, Wissenschaftler, sogar sog. Freidenker. Man kann sie nicht der Naivität vorwerfen, sie haben sicher keine bösen Absichten. Woran liegt das? Die Antwort: Ihre Denkweise. Das ist der Grund, warum sie nicht über den Tellerrand blicken können. Für sie ist die Geschichte eine Sammlung von Zeiten, die mit uns nichts zu tun hat, der Mensch ist von einem lieben Gott erschaffen. Dieses System existierte in ihren Köpfen immer. Die Ungerechtigkeit auf der Welt ist ihnen bewusst, aber sie können höchstens wagen, Verbesserungen, Reparaturen zu entwerfen. Auch aus diesem Grund ist die Ächtung der grundsätzliche Umwälzung, der Antikommunismus, Rassismus, Nationalismus ihre gemeinsame Nenner. Die Gesellschaftsentwürfe der heutigen 'Theoretiker' sind phantasielos, unrealistisch, metaphysisch. 'Geld, Aktienbesitz und Vermögen für alle, Gesellschaft der Solidarität, Grundeinkommen, starke Weltgemeinschaft'. Lauter Kokolorus.