Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 59 (2002)

Heft: 6: Ich brauch' Tapetenwechsel

Rubrik: Aktuelles und Wissenswertes

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

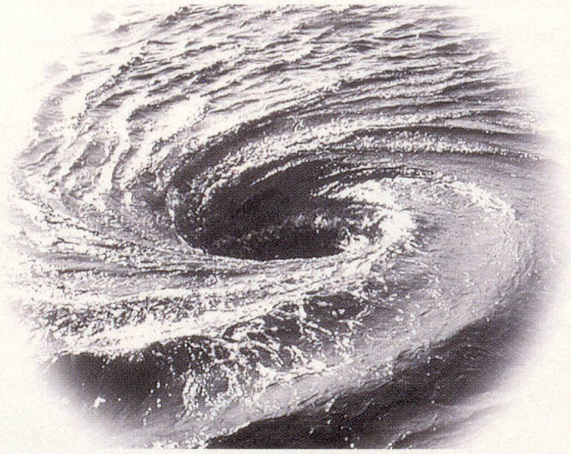
The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 10.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Wasser-Symposium in Luzern

Am 2. und 3 Juni findet im Kultur- und Kongresszentrum in Luzern erneut ein «Wasser-Symposium» statt, bei dem 12 ausgewiesene Wasserforscher/innen aus sieben Ländern in faszinierenden Beiträgen Erstaunliches, Unbekanntes und Ungeahntes über dieses besondere Lebenselement berichten. Angesprochen sind Fachleute, die beruflich mit Wasser arbeiten ebenso wie interessierte Laien. Unter den vielen interessanten Beiträgen seien hier nur einige erwähnt: Der japanische Wasserforscher *Masaru Emoto*, welcher derzeit mit seinem Buch «The Message from Water» für Furore sorgt, stellt neueste Wasser-Kristall-Bilder vor. Der Wirbelforscher *David Auerbach* (A) beschäftigt sich mit Bewegungsphänomenen im Wasser. In weiteren Referaten geht es um die Informationsübermittlung im Wasser, so genannte Lichtwässer, Wasser als gesundheitlichen Indikator und die naturgesetzliche Wasserphänomene des legendären Naturforschers Viktor Schauberger.



Als breite Information in Wort und Bild dient ein Video der letztjährigen Veranstaltung, das ungeahnte und unbekannte Aspekte über Wasser vermittelt, mit exklusiven Aufnahmen von Wasserschwingungsbildern, gefrorenen Wasserkristallen, Kristallisationsbildern u.a.m. (Doppelkassette, 300 Min., Fr. 98.– Euro 68.–). Mehr Infos zur Veranstaltung und zur Videodokumentation: *Wasser-Symposium, Postfach 166, CH 9003 St. Gallen, Tel. 0041 (0) 71 223 34 71, Internet: www.wasser-symposium.ch*

Zwitter-Frösche

Der Unkraut-Killer Atrazin ist eines der am meisten eingesetzten Pestizide. Bei Fröschen hat es jedoch fatale Nebenwirkungen: Junge Froschmännchen werden weiblicher – und bilden sogar Eizellen in ihren Hoden. Die Frösche werden zu Hermaphroditen, Wesen mit weiblichen und männlichen Geschlechtsmerkmalen, ermittelte ein Team um Tyrone Hayes von der University of California in Berkeley. Das Stimmorgan der Froschmännchen bildet sich nicht richtig aus, sie werden nie laut quaken können. Auch um die Vermehrungschancen steht es schlecht, denn in den Hoden wachsen weibliche Eizellen. Bei erwachsenen Fröschen sinkt zudem der Pegel des männlichen Sexualhormons Testosteron um 90 Prozent – und unterschreitet den Level seiner weiblichen Artgenossen. Atrazin gehört zu den am meisten eingesetzten Pflanzenschutzmitteln. Seit rund 40 Jahren wird es in etwa 80 Ländern eingesetzt. Bauern benutzen den Unkraut-Killer vor allem im Mais- und Sojabohnenanbau. Weil Atrazin das Grundwasser belastet, ist es in einigen Ländern wie Deutschland, Frankreich, Italien, Schweden und Norwegen verboten. In Gross-

100 JAHRE A.Vogel

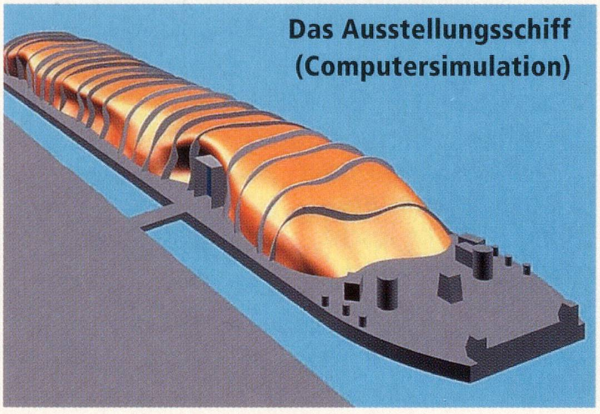
Grosses Jubiläums-Fest in Teufen

Kommen Sie nach Teufen AR und feiern Sie mit uns ein unvergessliches Gesundheits-Fest!
Am Samstag, 24. August 2002, findet auf dem A. Vogel-Gelände vor der Kulisse des Alpsteins das Jubiläumsfest statt:
✿ Grosses Festzelt ✿ Bio-Verpflegung (speziell günstig) ✿ Kostenlose Degustationen ✿ Kostenlose Venenmessungen ✿ Ruedi Josuran (DRS 1) liest Kräutermärchen ✿ Round-Table-Gespräch mit dem Gesundheitsexperten Prof. H. Bankhofer ✿ Vorführung von Kneipp- und Kinesiologie-Anwendungen ✿ Bücherladen ✿ Sinnesparcours ✿ Bio-Budenstadt ✿ A. Vogel's Powerpflanzen ✿ Säntis-Gedichte ✿ Frauestriichmusik ✿ Kräutersetzlinge ✿ Und vieles mehr.

britannien ist es allerdings noch im Handel. Der Schweizer Biotechnik-Konzern Syngenta, grösster Atrazin-Hersteller, hat bereits Experten verschiedener amerikanischer Universitäten beauftragt, den Vorwürfen nachzugehen. Bislang sei aber noch nicht möglich gewesen, die Ergebnisse zu wiederholen, sagte Timothy Pastoor, Vorsitzender der Risikomanagement-Abteilung von Syngenta gegenüber «BBC News Online». Der Spiegel

Ausstellung: Bodytravel

Machtvolle Moleküle, Augen-Blicke, Nerven-Netze, Herzenssachen, Körperzeiten – so heissen die fünf Hauptthemen der schwimmenden Ausstellung der DKV Deutsche Krankenversicherung AG in Partnerschaft mit dem Deutschen Hygiene-Museum in Dresden. Fragen wie: Ist Liebe nur ein chemischer Vorgang? Denken Frauen anders als Männer? Was ist die innere Uhr? werden in den fünf Abteilungen auf spannende Weise und ganz ohne erhobenen Zeigefinger beleuchtet. Stationen des Ausstellungsschiffes mit der hochinteressanten und phantasievollen Ausstellung «Bodytravel – Reise in den Körper» sind ab Juni noch Berlin, Stuttgart, Mannheim, Würzburg, Dresden und Düsseldorf. In der Ausstellung finden täglich wechselnde Aktionen zu verschiedenen Themen statt, für die sich Schulklassen anmelden können. Der Eintritt ist für alle Besucher kostenlos. Von Mitte Oktober bis Anfang März 2003 geht «Bodytravel» in München an Land. *Infos: www. bodytravel. de*

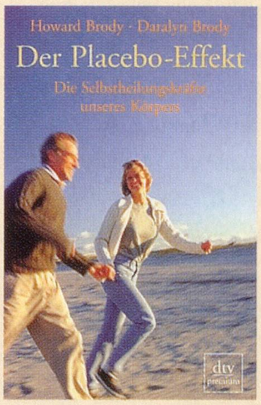


Das Ausstellungsschiff (Computersimulation)

BUCHTIPP

Aus eigener Kraft gesund werden

Placebos sind Scheinmedikamente, die keinen Wirkstoff enthalten, aber trotzdem wirken können. Ein Beispiel: Albert leidet an einer lästigen Erkältung. Da es sich um eine Virusinfektion handelt, weiss der Arzt, dass Antibiotika nicht weiterhelfen. Auf die dringende Bitte Alberts, ihm Antibiotika zu geben, stellt er ihm ein Rezept für ein – wie er sagt – «wirksames Antibiotikum» aus, das in Wirklichkeit medizinisch hundertprozentig unwirksam ist. Nach Einnahme des «Antibiotikums» verschwindet Alberts Erkältung fast über Nacht … Wie ist das möglich? Lässt sich dieser so merkwürdige wie positive Effekt gezielt zur Heilung von Krankheiten anwenden? In seinem Buch «Der Placebo-Effekt» geht das amerikanische Ärzte-Ehepaar Howard und Daralyn Brody diesen Fragen anhand von vielen Beispielen nach und kommt zur Überzeugung: Gesund werden kann man (auch) aus eigener Kraft. Drei Aspekte bestimmen gemäss den Autoren die Fähigkeit des Körpers, sich selbst zu heilen: 1. Die Frage, wie sich das, wovon ich glaube, dass es in der Zukunft passieren wird, auf meine «innere Apotheke» auswirkt. 2. Die Frage, unter welchen äusseren Umständen – Fürsorge, Anteilnahme – wir in unserem bisherigen Leben Schmerzlinderung erfahren haben. 3. Die Frage, welche (positive) Bedeutung wir der Krankheitserfahrung als solcher beimessen. Die Brodys zeigen, dass der Placebo-Effekt, der die Selbstheilungskräfte des Körpers aktiviert, ein nicht zu unterschätzender, für jeden nutzbarer Heilfaktor sein kann.



Howard und Daralyn Brody, «Der Placebo-Effekt», Deutscher Taschenbuch Verlag, 2002, 286 S., karton., ISBN 3-423-24296-5, sFr. 29.50/Euro 16.50 • *CU*

Hilfe aus der Tabletten-Sucht

Etwa 80 Prozent aller Patienten mit einer Niedrig-Dosis-Abhängigkeit von Benzodiazepinen (zur Behandlung von Schlafstörungen; Handelsnamen u.a. Paceum, Stesolid, Valium) können mit pflanzlichen Beruhigungsmitteln aus dieser weit verbreiteten und oft schon lange bestehenden Sucht befreit werden. Darauf hat der niedergelassene Allgemeinarzt Dr. Erwin Häringer aus München auf einer Pressekonferenz des Komitees Forschung Naturmedizin e.V. (KFN) in München hingewiesen. Die Patienten müssten auf ihrem Weg in die Abstinenz zunächst von der üblichen Benzodiazepin-Tablette auf eine zum allmählichen Ausschleichen besser geeignete Benzodiazepin-Lösung in entsprechender Dosierung umgestellt werden. Gleichzeitig erhalten die Patienten ein in klinischen Studien bewährtes Baldrian- oder Kava-Kava-Präparat. Damit liessen sich Rückfälle, die auch beim wochenlangen, vorsichtigen und gesprächsunterstützten Ausschleichprozess drohen, bestens verhüten, so Häringer. Nach Stabilisierung der Patienten in der Benzodiazepin-Abstinenz können die pflanzlichen Beruhigungsmittel, die selbst kein Suchtpotential haben, meist problemlos abgesetzt werden. Ärzte Zeitung

Verdauungshilfe Tee

Der klare Kurze folgt dem Eisbein, erlesen altes Hochprozentiges als Digestiv der Sterneküche. Reine Vorsichtsmassnahme: Denn viel Fett schädigt nicht nur auf Dauer die Gefässe, sondern kann bei einer bestehenden Herz-/Kreislauferkrankung nach dem Mahl eine Herzattacke begünstigen. Was könnte da also besser beim Verdauen helfen als ein Schnäpschen? Weit gefehlt. Forscher der Universität Tokio gaben Probanden nun nach reichlich fettigen Mahlzeiten schwarzen Tee oder Wasser statt alkoholischem Digestiv. Bei den Teetrinkern war der Blutfluss nach Tisch deutlich besser. Der Effekt wird den antioxidativen Substanzen im Tee zugeschrieben, die über verschiedene Stoffwechselwege einen günstigen Effekt auf die Blutfette und damit auch auf die Gefässe haben. Medical Tribune

Mehr Frauen in die Reha

Nach überstandenem Infarkt haben Frauen eine wesentlich schlechtere Prognose als Männer. Dennoch sind sie in Rehabilitationseinrichtungen stark unterrepräsentiert. Experten fordern, sich um Post-Infarkt-Frauen intensiver zu bemühen. Nach akutem Herzinfarkt erleiden 35 Prozent der Frauen, aber nur 18 Prozent der Männer innerhalb von sechs Jahren erneut einen Infarkt. Daher erscheint es unverständlich, dass Frauen nur 22 Prozent der Patienten in Reha-Einrichtungen stellen. Die «Schuld» hierfür trifft ebenso Ärzte wie die Patientinnen selbst. Eine Studie aus den USA ergab, dass Frauen nach Herzinfarkt wesentlich seltener (25 %) über Rehabilitation aufgeklärt bzw. zugewiesen werden als Männer (75 %). Doch auch wenn man ihnen die Nachbehand-

Kalter Kaffee – aber gesund!

Wenn Sie an heissen Sommertagen ihren Kindern keine (dick machende) Limonade mehr geben und selbst keinen (nervös machenden) Kaffee mehr trinken möchten, bereiten Sie für die ganze Familie öfter mal einen extra-aparten Sommer-Drink zu: Geben Sie 4 EL *Bambu Instant* und 2 EL Rohrohrzucker in 8 dl (800 ml) Milch und mischen alles gründlich mit dem Schwingbesen, im Mixer oder im Schüttelbecher. Dieser schnell zubereitete Bambu-Shake löscht den Durst gut und schmeckt gekühlt besonders lecker und erfrischend.

lung ans Herz legt, erscheinen die körperlich, seelisch und familiär oft stark belasteten Frauen häufig nicht. Doch lohnt es sich, die Widerstände zu überwinden: Frauen profitieren, wenn sie eine Reha erfolgreich abschliessen genauso wie die Herren der Schöpfung, was körperliche Belastbarkeit, kardiovaskuläres Risikoprofil und Lebensqualität angeht. Auch die Stimmungslage hebt sich, und die Reduktion der kardialen Sterblichkeit um fast ein Drittel kommt Frauen wie Männern zu Gute. Früher hiess es ja «Reha vor Rente», weshalb man sich eher um die Männer kümmerte. Jetzt sollte man aber dem Motto «Reha vor Pflege» den Vorrang geben, so die einhellige Meinung der Teilnehmer des diesjährigen Kardiologenkongresses. Medical Tribune

Affen-Medizin für Menschen?

Medizinisches Wissen ist offensichtlich kein Privileg des Menschen. Auch Affen wissen sich zu helfen, wenn es ihnen gesundheitlich schlecht geht. So beobachteten Forscher, dass Orang-Utans bei Kopfschmerzen die Blüten bestimmter Pflanzen essen oder Schimpansen bei Durchfall auf den bitteren Blättern eines bestimmten Baumes herumkauen bzw. das Mark der Zweige lutschen, die sie sonst wegen ihrer Giftigkeit meiden. Schon die Schimpansenforscherin Jane Goodall vermutete, dass unzerkaut geschluckte stachlige Blätter die Würmer im Verdauungstrakt von Affen einfangen oder mit ihren Stacheln aufspiessen und dann aus dem Körper hinaustransportieren. Die Forscher vermuten, dass die Kenntnis von bestimmten Heilpflanzen innerhalb von Affengruppen von einer Generation an die nächste weitergegeben wird. Menschenaffen verbringen Jahre mit ihren Müttern und lernen dabei, was geniessbar ist und was nicht. Die Gefahr, sich mit giftigen Pflanzen zu schaden, wird so begrenzt. Inzwischen wird die Selbstmedikation der Affen erforscht. Zoopharmakognosie heisst die neue Disziplin, von der eines Tages vielleicht auch die Menschen profitieren können. Die Welt

HEILPFLANZE DES MONATS

Alpenveilchen

Das wilde Alpenveilchen (Cyclamen purpurascens), das zur Familie der Primelgewächse gehört, wird im Volksmund auch Bergveilchen, (Wald-)Erdapfel, Erdscheibe oder Saubrot genannt. Aus einer scheibenartigen Knolle wachsen die langgestielten Blätter, die – ebenso wie die Blütenstiele – zuerst wie eine Spirale gerollt sind, um sich dann später zu strecken. Die immergrünen Blätter sind auf der Unterseite rötlich, auf der Oberseite hell-silbrig gefleckt. Die Kronblätter sind an ihrer Basis rund verwachsen, die Zipfel der Blütenblätter zurückgeschlagen. Die hübsche Pflanze braucht viel Wärme, verträgt aber wenig direktes Sonnenlicht und bevorzugt daher schattige Standorte. Das wilde Alpenveilchen, die Stammform zahlreicher Zierformen, ist leider selten geworden und heute geschützt. Man findet es in den Laubwäldern südöstlicher Gebirge, aber auch stellenweise im Oberengadin, im Jura und in den Bayerischen Alpen. Cyclamen, das sowohl kurz- als auch längerfristig eingesetzt werden kann, gilt in der Homöopathie als gutes Uterus- und Nervenmittel, welches besonders bei Menstruationsstörungen und Reizbarkeit eingesetzt wird. In den Menstruasan-Tabletten von A. Vogel, dem homöopathischen Komplexmittel bei Regelbeschwerden, ist u.a. Cyclamen enthalten.