Editorial

Autor(en): **Rawer, Claudia**

Objekttyp: **Preface**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **64 (2007)**

Heft 1: **Wenn Kälte die Gelenke quält**

PDF erstellt am: **28.04.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.
Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.
Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Ein Dienst der *ETH-Bibliothek*
ETH Zürich, Rämistrasse 101, 8092 Zürich, Schweiz, www.library.ethz.ch

http://www.e-periodica.ch

Frieren Pinguine an den Füssen?

Liebe Leserinnen und Leser

Man kann sich nun wirklich um wichtigere Dinge Sorgen machen, sagen Sie. Stimmt – aber kalte Füsse sind etwas Scheussliches, und die armen Pinguine stehen schliesslich den ganzen Winter über auf dem Eis, um ihr Kleines auszubrüten. Da macht man sich eben doch so seine Gedanken ...
Die Wissenschaftlerin in mir will ja gerne akzeptieren, was mir Physik und Biologie als Erklärung anbieten. Vögel haben in ihren Füssen ein so genanntes «Wundernetz» aus Blutbahnen. Das Blut, das zu den Füssen hinunterfliesst, ist warm. Das, das von den Füssen wieder Richtung Körper nach oben fliesst, ist kalt.
Diese kalten und warmen Blutbahnen liegen so eng beieinander, dass zwischen Ihnen ein Wärmeaustausch stattfindet: Das kalte, aufsteigende Blut kühlt das warme Blut auf dem Weg in die Füsse ab, so dass immer nur kaltes Blut dort ankommt.
Schlussfolgerung der Pinguinologen: Die Frackträger haben von Natur aus kalte Füsse, und deswegen frieren sie auch nicht.

Aha. Der Mensch in mir, der kalte Füsse schrecklich findet, schüttelt über diese Erklärung etwas ungläubig den Kopf und kann nur hoffen, dass es den Pinguinen wirklich nichts ausmacht.
Wir Menschen halten es da doch besser mit Alfred Vogel, der warme Füsse als «Grundlage für unser gesundheitliches Wohlbefinden» ansah. Seine Tipps: Bewegung, ein Wechselfussbad mit Thymiantee und gute Pflege für die «treuen Diener».
Wie das – mit einfachen Mitteln und ohne grossen Aufwand – geht und was Sie sonst noch für Ihre Füsse (und Hände) tun können, um gut durch den Winter zu kommen, erfahren Sie neben vielen anderen interessanten Dingen in diesem Heft.

Bleiben Sie gesund!
Herzlichst Ihre

Claudia Rauer