Editorial

Autor(en): **Pauli, Andrea**

Objekttyp: **Preface**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **75 (2018)**

Heft 1-2: **Diabetes : natürliche Hilfe**

PDF erstellt am: **15.05.2024**

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

Die Kraft in uns

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Beim morgendlichen Blick in den Spiegel sehen viele ab einem gewissen Alter missmutig nur die Falten. Dabei wäre es angebracht, sich selbst liebevoll zuzulächeln. Weil unser Körper, Altersattribute hin oder her, jede Nacht und jeden Tag ein aufmerksames Reparatur- und Abwehrsystem am Laufen hält. Es ist nicht immer einfach für den Organismus, dabei das rechte Mass zu finden. Mitunter werden harmlose Eindringlinge wie Pollen (Allergie) oder gar körpereigene Strukturen wie Gelenke (Rheuma) zu üblen Feinden erklärt. Und manchmal braucht der Körper Hilfe, dann müssen Ärzte eingreifen. Weil es Krankheiten gibt, die ohne moderne Medizin einen fatalen Verlauf nehmen würden.

Doch abgesehen von solchen Situationen vermag unser Organismus erstaunliche Selbstheilungskräfte aufzubieten. Je mehr wir ihn durch gesunde Lebensführung dabei unterstützen, desto wirksamer. Und je öfter der Hausarzt erst mal abwartet, desto besser.

Dem Wissenschaftler Prof. Tobias Esch liegt viel daran, den individuellen «Expertenstatus» jedes Menschen mit der wissenschaftlichen Medizin zusammenzubringen. «Die Idee ist, dass der Medicus nicht abgewertet wird, wenn der innere Arzt aktiv wird. Selbstheilung spricht dem Arzt nicht die Kompetenz ab. Mein Vorschlag für Patienten ist, dem Hausarzt klar auf den Tisch zu legen, was man sich überlegt hat und ihn direkt anzusprechen, was er persönlich denn empfehle. Die Selbstheilung ist dabei als Teil eines gemeinsamen Prozesses zu sehen», rät er (siehe auch S. 12–13).

Durchs Jahr 2018 hindurch möchten wir Ihnen zahlreiche Impulse geben, mit denen Sie Ihre Selbstheilungskräfte «anschubsen» können. Sich selbst jeden Tag mit Freundlichkeit zu begegnen, ist schon mal ein guter Anfang ...

Geben Sie gut auf sich acht!
Herzlichst, Ihre

Andrea Pauli

Andrea Pauli
a.pauli@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
info@verlag-avogel.ch
www.gesundheits-nachrichten.ch