

Zeitschrift:	Parkinson : das Magazin von Parkinson Schweiz = le magazine de Parkinson Suisse = la rivista di Parkinson Svizzera
Herausgeber:	Parkinson Schweiz
Band:	- (2001)
Heft:	64
Rubrik:	Tipps

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: 31.12.2025

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

PULStip-Dossier «Gesund bleiben»



«Dass ältere Menschen mehr Gesundheitskosten verursachen als jüngere, ist ein Mythos. Richtig daran ist nur, dass die beiden letzten Lebensjahre – unabhängig vom Alter – die teuersten sind. Dass man mit dem Alter automatisch immer kränker wird, ist ebenfalls ein Mythos. Ihn widerlegen täglich Tausende von Menschen, die auch nach der Pensionie-

rung voller Tatendrang und Zuversicht gesund durchs Leben gehen», stellen die Herausgeber des PULStip-Dossiers fest. Wissenschaftsjournalist Martin Vetterli, Apotheker Markus Fritz sowie der Komplementärmediziner John van Limburg Stirum geben in dem 168-seitigen Ratgeber klar verständliche Informationen und Tipps zu den Themengebieten «Gesund ins Alter», «Schmerzen», «Diabetes», «Augen», «Herzschwäche», «Blasenprobleme», «Osteoporose», «Parkinson», «Alzheimer» und «Schlafen». Sie zeigen auf, wie Beschwerden entstehen, wie sie verhindert werden können und was man dagegen tun kann – sowohl mit schul- wie komplementärmedizinischen Methoden. Praktisches, grosses Adressverzeichnis.

«*Gesund bleiben*», PULStip-Dossier, Fr. 30.–. Zu bestellen bei: Dossiers, Postfach 75, 8024 Zürich, Tel. 01 253 90 70, dossiers@k-tip.ch.

Hilfsmittel: Anpassbares Badezimmer

Der Um- oder Neubau eines behindertengerechten Badezimmers muss sorgfältig geplant sein. Gerade bei knapp bemessenen Platzverhältnissen können wenige Zentimeter über die Nutzung entscheiden. Die Hilfsmittelausstellung Exma in Oensingen bietet für die Umbauplanung nun das anpassbare Badezimmer an. Wände, Badewanne, Dusche, WC und Lavabo der Installation können so lange ver-

schen oder entfernt werden, bis das geplante Badezimmer 1:1 nachgebildet ist. So kann man Probleme erkennen und vor teuren Fehlplanungen be seitigen.

Exma – Hilfsmittelausstellung, Dienstag–Samstag, 9–12, 14–17 Uhr Dünnernstrasse 32 (Industrie Süd), 4702 Oensingen, Tel. 062 388 20 20, Fax 388 20 40, exma@sahb.ch, www.sahb.ch.

Praxishandbuch: Schlaf – Schlafstörungen – Schlafförderung

Ein Drittel seines Lebens verbringt der Mensch schlafend. Zehn Prozent aller Krankenhauspatienten klagen über Schlaf störungen. Pflegende betreuen Patienten Tag und Nacht. Schlafstörungen und Schlafförderung sind daher zentrale Probleme und Aufgaben in der Pflegepraxis. Ein Buch zum Thema Schlaf aus pflegerischer



248 Seiten, Fr. 44.80.

Sicht hat bisher gefehlt. Die Autoren schliessen jetzt diese Lücke. Ihr forschungsbasiertes Fachbuch beantwortet wichtige, für die Pflege zentrale Fragen zum Thema Schlaf.

Morgan/Closs:
Schlaf – Schlafstörungen – Schlafförderung, Verlag Hans Huber,

Kleines Denkspiel

Anagramme finden: Suchen Sie im Wort «KOPFTRAINING» mindestens zwanzig neue deutsche Wörter (z.B. Topf) oder Namen (z.B. Karin). Verändern Sie die Reihenfolge der Buchstaben beliebig; lassen Sie Buchstaben weg. Sie dürfen aber keine neuen Buchstaben hinzufügen.

(Lösungen: Art, Fan, Farn, fit, fort, Gant, gar, Garn, Gina, Grat, in, Ingo, innig, Kain, Karin, Kino, Knopf, Kopf, Kot, Kraft, Kran, Kropf, Napf, Nora, Not, oft, Ogi, Organ, Ort, Po, Rang, Rain, Rigi, Ring, rot, Tang, Tina, Topf, Tor, Training, Tropf, usw.)

Quelle: Das Gehirn – Schweizerische Hirnliga, Bern.

Vom Licht der Krankheit – Gedichte von Frank Geerk

In diesem sehr persönlichen Buch verarbeitet Frank Geerk seine Erfahrungen mit seiner Erkrankung und versucht, sich und dem Leser eine andere Sicht auf das Leben zu eröffnen.

Frank Geerk: *Vom Licht der Krankheit – Gedichte*, 95 Seiten, Fr. 24.– nur erhältlich in Deutschland bei Loepfer Literaturverlag, Karlsruhe, ISBN 3-86059-105-3.



Gratis-Hotline

PARKINFON
0800 80 30 20

Neurologen beantworten Ihre Fragen zur parkinsonschen Krankheit

5. Dezember 2001,
2002: 2. Januar, 6. Februar,
6. März, von 17 bis 19 Uhr

Eine Dienstleistung der Schweizerischen Parkinsonvereinigung in Zusammenarbeit mit Roche Pharma (Schweiz) AG, Reinach.