Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel

Herausgeber: A. Vogel

Band: 54 (1997)

Heft: 1: Fisch als Nahrungsmittel : wie gesund? Wie sinvoll? Wie lange noch?

Artikel: Wetter, Wolken, Wind

Autor: [s.n.]

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-554270

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: 12.12.2025

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

Wetter, Wolken, Wind

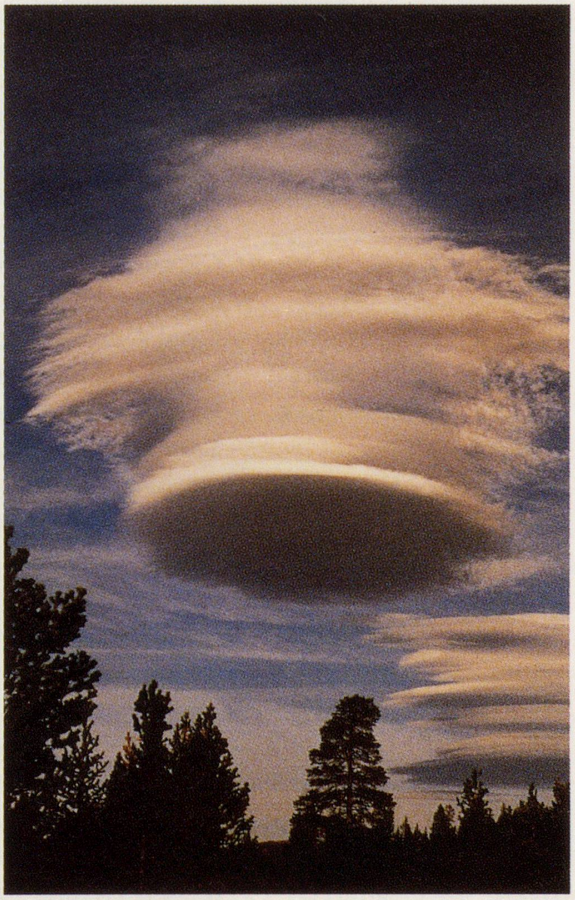
Im Juni letzten Jahres haben wir Sie eingeladen, die Leserforum-Galerie des Jahres 1997 selbst zu gestalten. Vorgegeben war das Thema «Wind und Wetter», das ja einen engen Bezug zur Gesundheit hat.

Wind und Wolken, Sonne und Mond, Wärme und Kälte beeinflussen unser Leben und Wohlbefinden oft stärker als uns bewusst ist. Bei fast allen Menschen wirkt das Wetter aufs Gemüt: strahlt die Sonne vom Himmel, lachen wir mit, einige Nebeltage lassen meist die Mundwinkel nach unten kippen. Ist es kalt, tun uns Knochen weh, die wir bei milden Temperaturen nicht mal wahrnehmen. Bei manchen Menschen geht jedoch der Wettereinfluss über solche Stimmungsschwankungen und kleinere Beschwerden hinaus. Dabei ist das Wetter ja etwas ganz Natürliches, das nicht krank machen sollte. Und in der Tat ist es nicht die Wetterlage selbst, die empfindlichen Menschen Beschwerden macht. Vielmehr ist die mangelnde Anpassung an Klimaschwankungen ein Hinweis darauf, dass Körper und vegetatives Nervensystem geschwächt und überlastet sind.

Tiere leben viel selbstverständlicher mit dem Wetter als wir Menschen. Manchen gelingt es, die Wetterbedingungen für ihre Zwecke, beispielsweise für Orientierung und Fortbewegung, auszunutzen. Wanderheuschrecken bewegen sich nur gegen den Wind, andere Käfer und Insekten fliegen ausschliesslich mit dem Wind. Flugunfähige Spinnen lassen sich vom herbstlichen Wind mit Hilfe der altweibersommerlichen Spinnfäden weithin durch die Lüfte transportieren, Vögel nutzen den Wind, um sich tragen zu lassen oder sich wie Segelflugzeuge in die Höhe zu schrauben. Andere Tiere können Wetterumstürze im voraus erspüren und sich abwehrmässig darauf einstellen. Wir Stuben- und Bürohocker haben die Fähigkeit zur schnellen Adaption an neue atmosphärische Reize weitgehend verloren und nehmen das Wetter vor allem als krankmachendes Element wahr. Migräne, Gliederschmerzen, Schlaflosigkeit, Nervosität, Herzstörungen, Schmerzen an alten Narben und Brüchen sind die häufigsten Beschwerden und von den Betroffenen nicht immer leicht zu ertragen.

Doch man kann der Wetterfühligkeit vorbeugen. Nicht dadurch, dass man sich abends vom TV-Biowetterbericht sagen lässt, mit welchen Beschwerden man am nächsten Tag zu rechnen hat, sondern durch die einzige Massnahme, die wirklich hilft: Wetterreize nicht meiden, sondern sich ihnen häu-

Was herauskommen kann, wenn Wind und Wolken miteinander spielen, zeigt diese interessante Aufnahme eines natürlichen «Ufos». Frau Gerda Reichert aus Seefeld erwischte diesen Schnappschuss an einem frühen Herbstmorgen in Norwegen.



figer aussetzen. Spaziergänge bei Wind und Regen oder an Föhntagen trainieren die Anpassungsfähigkeit des Körpers und machen auf Dauer den Organismus belastbarer. Dazu kommt, dass an solchen Tagen oft das schönste Licht, die kuriosesten Wolkenbilder, die phantastischsten Regenbögen und die traumhaftesten Himmelsstimmungen zu beobachten sind, wie wir Ihnen in der Leserforum-Galerie dieses Jahres zu beweisen hoffen.

Wir möchten allen Leserinnen und Lesern ganz herzlich für die Photos und Dias danken, die Sie uns geschickt haben. Wir hatten unter den vielen guten Einsendungen die Qual der Wahl und haben schliesslich folgende Bilder ausgewählt, die in der Leserforum-Galerie von Januar bis Dezember 1997 veröffentlicht und mit einem Anerkennungshonorar von je sFr 50.– vergütet werden.

JANUAR: Claudia **Valerius,** D 79102 Freiburg, mit einem «strahlenden» Landschaftsbild aus dem Nationalpark White Sands in USA. (Siehe Seite 34)

FEBRUAR: Thomas **Arnold**, 9000 St.Gallen, mit einem «Goldregen»-Bild von einer Küste in Thailand.

MÄRZ: Marlies **Rüegg**, CH 9500 Wil, mit einer nahenden Gewitterfront, aufgenommen vor der eigenen Haustür.

APRIL: Claudia **Jost**, D 71394 Kernen, mit einem «Spiegelbild» aus Schottland.

MAI: Verena **Bär**, CH 8810 Horgen, mit dunklen Regenwolken über blühenden Wiesen im Appenzellerland.

JUNI: Dora **Hartmann**, CH 4900 Langenthal, mit einem dramatischen Gewitteraufzug am Thunersee.

JULI: Marianne **Burkhard,** CH 3400 Burgdorf, mit einem «Vom Winde verweht»-Photo eines Strandes in Dänemark und Anna-Catrin **Gautschi,** CH 4052 Basel, mit einem ungewöhnlichen Bild eines sommerlichen Strandes in der Toskana.

AUGUST: Gerd **Gebhardt,** D 78054 Schwenningen, mit silberleichten Federwolken, festgehalten in Florida.

SEPTEMBER: Brigitte **Dreer,** D 78465 Konstanz, mit einer «Blumenkohl»-Wolken-Formation aus dem Wallis.

OKTOBER: Gerhard **Franke,** D 78089 Dauchingen, mit einem stimmungsvollen Wetterwechsel am Bodensee.

NOVEMBER: Walter **Jungen**, CH 3653 Oberhofen, mit einem «windigen» Dia vom Berg McKinley in Alaska.

DEZEMBER: Matthias **Kurfels**, D 55268 Nieder-Olm, mit einem «stürmischen» Bild in der Nähe des australischen Ayers Rock.

Die unter den übrigen Einsendern ausgelosten 10 Bücher von Inke Csényi-Simonis «Augenblicke zum Glücklichsein» haben gewonnen:

Kurt Brunner aus Rellingen, Irmgard Deutschmann aus Schwarzach in Österreich, Vérène Graf aus Moutier, W. Fark aus Vaduz, Marga Gorbach aus Wädenswil, Sally Lehr aus Tel Aviv, Rosemarie Rau aus Oberembrach, Familie K. Rosenfeld aus St. Gallen, Elfriede Wassmuth aus München und Ulla Wedekind aus Walsrode. • IZR