

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 60 (2003)
Heft: 3: Hören und Hörverluste

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: 18.01.2026

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

Tag der offenen Tür

Feiern Sie mit der **Bioforce AG** und verschiedenen Gastfirmen das Jubiläumsfest «200 Jahre Kanton Thurgau»! Die Bioforce AG führt am **Samstag, 22. März 2003** einen grossen «Tag der offenen Tür» mit vielen Attraktionen für Jung und Alt durch. Kommen Sie nach Roggwil TG! Wir freuen uns auf Sie.
Mehr darüber auf Seite 36.

Gesundheitsmesse in Bregenz

Vom 7. bis 9. März findet im Festspielhaus Bregenz die Messe BIO LIFE statt. Mehr als 70 Aussteller sowie gemeinnützige Vereine präsentieren ein breites Spektrum aus Gesundheit, natürlich Wohnen, Ernährung, Kosmetik und Heilen. Schwerpunkt-Themen sind u.a. «Der gesunde Rücken» bzw. «Was tun, wenn Schulter und Rücken schmerzen» (Dorn-Methode).
Weitere Infos: Tel. 0043 (0) 5574 44 339 oder arte.team@vol.at

Vonarburg-Seminar in Bern

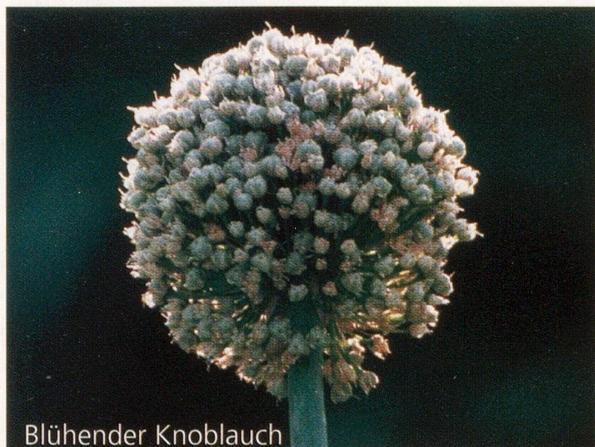
Der Verein zur Förderung der klassischen Homöopathie (VFKH) in Bern veranstaltet ein (kostenpflichtiges) Ganztagesseminar mit Bruno Vonarburg zum Thema «Frühlingspflanzen in der Homöopathie». Das Tagesseminar, das am 29. März im Hotel Bern in Bern stattfindet, steht allen Interessierten offen.

Infos: VFKH, 3000 Bern, Fax 032 353 73 46, www.vfkh.ch, E-Mail: info@vfkh.ch

Knoblauch schützt

Russische Wissenschaftler fanden jetzt heraus, dass Knoblauch die DNA-Reparaturmechanismen stimuliert und vor Mutagenen (Faktoren, die plötzlich eintretende Änderungen in einer Zelle oder im Erbgefüge auslösen) schützt. Darauf deuten zumindest die Ergebnisse der Russischen Akademie der Wissenschaften hin.

Das Team um Prof. G. D. Zasukhina untersuchte die antimutagene Aktivität von Knoblauch-Extrakt unter dem Einfluss von radioaktiven Strahlen (Gamma-Strahlung), Autoabgasen (4-Nitrochinolin-1-Oxid) und krebserregendem Cadmium-Chlorid (vorwiegend im Zigarettenrauch, aber auch in Böden/Nahrung) und kam zu dem überraschenden Ergebnis, dass Knoblauch die DNA schützt und



die Reparaturmechanismen stimuliert. Wie könnte man da widerstehen, Knoblauch in den täglichen Speiseplan aufzunehmen?

Medical Tribune

Schmerz sofort behandeln

Nach einer Operation muss eine intensive Schmerzbehandlung in den ersten Stunden erfolgen, um den Heilungsprozess zu fördern und der Gefahr der chronischen Schmerzen entgegen zu treten – unabhängig von der Größe der Operation. Nach einer internationalen Studie leiden bis zu einem Drittel der Patienten noch nach einem Jahr unter Schmerzen, weil sie zu spät schmerztherapeutisch behandelt wurden. Prof. Dr. Edmund Neugebauer, Schmerzforscher der Universitätsklinik Köln, sagte auf einem Kongress: «Die Schmerztherapie ist an den meisten deutschen Krankenhäusern im Vergleich zu den anderen medizinischen Entwicklungen mittelalterlich», und fordert ein komplettes Umdenken. Tatsächlich erfolgt eine schmerztherapeutische Behand-

lung in der Regel durch eine Stationsschwester, meist erst bei Klagen des Patienten und aus Angst vor Nebenwirkungen in unzureichender Dosierung – mit erheblichen gesundheitlichen Folgen. Starke Schmerzen beeinträchtigen eine rasche Erholung des Organismus, führen zu einer verschlechterten Atmung, erhöhen die Gefahr einer Lungenentzündung, begünstigen weitere Komplikationen und können zu lebenslangen Schmerzen im Operationsgebiet führen. Neugebauer fordert, dass «eine intensive und individuelle schmerztherapeutische Behandlung sofort nach der Operation zum Standard gehören muss». Dt Gesellschaft zum Studium des Schmerzes e.V. (DGSS)

Ohren anlegen

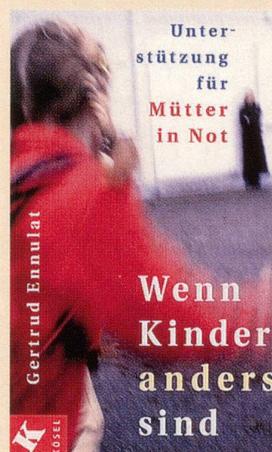
Prinz Charles hat sie, Otto Waalkes und Benjamin Blümchen auch: prominent absthende Segelohren. Mitunter sind dieselben so ausgeprägt, dass man bei orkanartigen Böen schon mal die Befürchtung hegen könnte, der Besitzer geht seiner Bodenhaftung verlustig. Meist stört jedoch die Optik der Akustikorgane vor allem die Eltern, die die Öhrchen gebändigt haben möchten. Dänische Mediziner haben nun die so genannte «Auri-Methode» entwickelt, die ohne Ohren-Operation optischen Erfolg verspricht. Kindern zwischen drei Monaten und sechs Jahren wurden dazu die Ohren über Nacht mit einer Klammer fixiert, tagsüber kam ein verdeckter Klebestreifen ans Ohr. Nach einem halben Jahr hatten die Ohren bei acht von zehn Kindern mehr oder weniger aufgegeben und sich den optischen Ansprüchen annehmbar gefügt. Aber: Bei 30 Prozent der Kinder waren nicht nur die Ohren, sondern auch die Kleinen selber renitent und hatten keine Lust auf eine Ohrenklammer. Außerdem weiß man nicht, wie sich das Wachstum der Ohren auf das optische Ergebnis auswirkt. Scheint eine Operation (auch wegen der Gefahr des Hänselns) unumgänglich, sollte sie vor Schuleintritt erfolgen, aber nicht vor dem sechsten Lebensjahr, in dem die Hauptwachstumsperiode des Ohres abgeschlossen ist.

Medical Tribune

BUCHTIPP

Hilfe für Mütter schwieriger Kinder

Bücher über schwierige Kinder beschäftigen sich in aller Regel mit den Kindern. Die Mütter spielen dabei höchstens die Rolle der Köchin, der Krankengymnastin, der Heilpädagogin oder der Übungsleiterin für kognitive oder motorische Programme. Was



Mütter von schwierigen, problematischen, auffälligen Kindern in der eigenen Beurteilung und der anderer durchmachen, schildert die Autorin aus eigener Erfahrung und als Quintessenz vieler Gespräche mit betroffenen Müttern. Wenn ein Kind in seinen Entwicklungen und seinem Verhalten nicht den Normen entspricht (z.B. hyperaktive Kinder, Kinder mit Tics und Zwängen, mit Sprachstörungen, Wahrnehmungsschwächen, gestörtem Sozialverhalten etc.), wenn mit ihm etwas «nicht stimmt», kämpft die Mutter mit Schuldgefühlen, Hoffnungen und Enttäuschungen, Scham und Aggression, Ohnmacht und Isolation – Gefühlen, die sie sich oft nicht einmal sich selbst gegenüber zugeben will, geschweige denn darüber sprechen möchte. Das kluge und einfühlsame Buch von Gertrud Ennulat, selbst Mutter eines früheren Sorgenkindes, nimmt die Mütter in all den widersprüchlichen Gefühlen ernst und zeigt, wie die Gefühle des Versagens und der Kränkung überwunden werden können und die Liebe wieder die Oberhand gewinnt. Alle Mütter schwieriger Kinder sollten dieses Buch bereit halten: um Trost und Mut zu schöpfen und ganz praktische Tipps für den Umgang mit Therapeuten und Pädagogen zu bekommen.

Gertrud Ennulat «Wenn Kinder anders sind. Unterstützung für Mütter in Not.», Kösel-Verlag, 2002, kart./brosch., 158 S., ISBN 3-466-30589-6, CHF 26.30/Euro 14.95

• IZR

Zusätzliche Kneipp-Woche

Die in der Januar-GN angekündigte Kneipp-Schnupperwoche von Maria Habich (S. 36) war in wenigen Tagen ausgebucht. Deshalb bietet die Gesundheits-Pädagogin und dipl. Ernährungsberaterin in Bad Wörishofen eine zusätzliche Woche von Samstag, den 26. April bis Samstag, den 3. Mai an. Infos: *Maria Habich, Friedrich-Zoepfl-Str. 20, D 87719 Mindelheim, Tel. und Fax: in Deutschland 08261/9361, für Anrufe aus der Schweiz 0049/8261/9361.*

personen aus den Bereichen Psychologie, Psychotherapie, Philosophie, Soziologie, Naturwissenschaft und Politik an Fachleute und Laien. Der Kongress wird am Donnerstag (Christi Himmelfahrt) mit einem Vortrag des bekannten Liedermachers, Komponisten und Autors Konstantin Wecker, eröffnet. Den Schlusspunkt der Tagung setzt am Samstag Abend der bekannte Seelsorger und Psychoanalytiker Prof. Dr. Eugen Drewermann. Weitere Informationen: *perspectiva, Postfach, CH-4125 Riehen 1, Tel. 061 641 64 85, info@perspectiva.ch, www.perspectiva.ch*

Gütesiegel für Autositze

Die «Aktion gesunder Rücken e. V. (AGR)» gibt Tipps zur Vorbeugung von Rückenschmerzen und hat jetzt zum erstenmal die gesamte Sitz-



anlage eines Autos mit dem angesehenen AGR-Gütesiegel ausgezeichnet. Die vorderen und hinteren Sitze des Phaeton von Volkswagen wurden als besonders rückengerecht bezeichnet, weil «dieses Fahrzeug allen Insassen ein für den Rücken optimales Reisen ermöglicht».

Die Vordersitze wie die Einzel-Rücksitze können in 18 bzw. 10 Richtungen/Neigungen individuell eingestellt werden. Zusätzlichen Komfort bieten eine Sitzheizung und eine Massageeinrichtung im Rückenbereich.

Kinder auf Psychopillen

Unbeschwertheit in der Kindheit? Dieses Gefühl scheint immer mehr ein Kunstprodukt zu sein - zumindest in den USA. Forscher der Universität von Maryland fanden in einer Studie heraus, dass sich die Verordnung von Psychopharmaka an Kinder in den letzten zehn Jahren vervielfacht hat. Jedem 17. Heranwachsenden werden ein oder mehr Psychopharmaka verschrieben, was bedeutet, dass 6,2 Prozent der jungen US-Bevölkerung unter dem Einfluss von Psychopillen stehen. Noch im Jahre 1987 hatten gerade mal 2,5 Prozent eine medikamentöse Therapie beispielsweise bei Depressionen oder einem Zappel-Phillip-Syndrom (ADS) bekommen. Fazit der Forscher: Verordnungen werden Psychotherapien vorgezogen, weil letztere von den Kostenträgern nicht bezahlt werden.

Medical Tribune

Thema Drogen

Die 10. Basler Psychotherapietage vom 29. bis 31. Mai 2003 stehen ganz im Zeichen von stofflichen und nichtstofflichen Suchtmitteln. Unter dem Titel «Keine Zukunft ohne Drogen - Nicht die Droge ist's, sondern der Mensch» finden im Kongresszentrum in Basel vom 29. bis 31. Mai 2003 zahlreiche Vorträge und Workshops statt. An der Tagung richten sich Fach-

Essen Sie gern Lakritz?

Dann sollten Sie nicht übertreiben. Denn Lakritz enthält vor allem Süßholzwurzel. Deren Hauptinhaltsstoff Glycyrrhizin kann, über einen langen Zeitraum in grösseren Mengen genossen, den Mineralstoffwechsel verändern und zu Kaliumverlusten führen. Mögliche Folgen: Wassereinlagerungen, Bluthochdruck und Muskelschwäche. In einigen Fällen besteht diese Gefahr bereits bei täglich 50

Gramm Lakritze. Entwässerungsmittel (Thiazide und Schleifendiuretika) vergrössern die Wahrscheinlichkeit negativer Effekte bei der Süssholzwurzel. Und wer Herzmedikamente (Digitalisglykoside) benötigt, kann sowohl deren Wirkungen als auch Nebenwirkungen durch Süssholzwurzel verstärken. Brigitte

Gemüse-Liebhaber gesünder

Der regelmässige Verzehr von Obst und Gemüse senkt die Häufigkeit von Krebserkrankungen des Verdauungstraktes. Die Risikominde rung beträgt nach den Studienergebnissen bis zu 40 Prozent, ist aber nicht generell statistisch gesichert. Darauf haben Experten auf einer Tagung zum Thema «Fünf am Tag» in Berlin hingewiesen. Erste Ergebnisse einer Studie in mehreren europäischen Ländern weisen darauf hin, dass Personen, die regelmässig Obst und Gemüse essen, ein niedrigeres Risiko für Krebs des Verdauungstraktes haben. Ärztezeitung

Graue Zellen trainieren

Versuchen Sie, sich möglichst viele der nachfolgenden Gewürze und Gemüse zu merken. Schreiben Sie zwei Stunden/einen Tag später auf, an welche der 7 bzw. 12 Begriffe Sie sich noch erinnern:

- 1.) Schafgarbe, Löwenzahn, Melisse, Enzian, Benediktenkraut, Angelika, Tausendgüldenkraut (Zutaten zu den A. Vogel Magen-Tropfen Gastroso)
- 2.) Sellerie, Lauch, Kresse, Zwiebeln, Schnittlauch, Petersilie, Liebstöckl, Knoblauch, Basilikum, Majoran, Rosmarin, Thymian

(Zutaten zum A. Vogel Meersalz Herbamare)

Druckfehler bei Zimtsohlen

In unserem Beitrag (GN 2/03, S. 30) über die im Rahmen eines Sozialprojektes in Indien gefertigten Zimtsohlen, die für die Füsse und das gesamte Wohlbefinden so angenehm und gesund sind, war die Internet-Adresse falsch. Die richtige heisst:

www.zimtsohlen.com

HEILPFLANZE DES MONATS

Schlüsselblume

Himmelsschlüssel, Fastenblume, Märzen, Eierkuchen, Osterblume, Frauenschlüssel oder Gichtblume sind einige der vielen volkstümlichen Namen für die Schlüsselblume, die zur Familie der Primelgewächse gehört. Man unterscheidet zwischen der Wiesen-Primel (*Primula veris*) und der Hohen Schlüsselblume oder Wald-Primel (*Primula elatior*). Am besten erkennt man die beiden Arten an der Blütenfarbe: Die der Wald-Schlüsselblume ist heller, schwefelgelb, das Gelb der Wiesen-Schlüsselblume ist dunkler, oft sind die Blütenblätter auch orange gefleckt. Die mehrjährige Pflanze wird etwa 15 bis 30 Zentimeter hoch, ist überall behaart und besitzt eine Grundrosette aus leicht gerollten Blättern. Die Blütezeit dauert von März bis April. Die Pflanze wächst auf kalkhaltigen Böden, z.B. auf trockenen Wiesen und an Waldrändern. Wald- und Wiesen-Schlüsselblume sind wirkungsvolle Heilpflanzen. Als Droge wird vorwiegend die Wurzel verwendet, die Wirkstoffe sind vor allem Saponine, aber auch Flavone und ätherische Öle. Eingesetzt wird sie vorwiegend in Brust- und Hustentees zur Schleimlösung bei Bronchialkatarrh und Erkältungskrankheiten. Da die Schlüsselblumen geschützt sind, bitte die Droge nicht selber sammeln. Sie können sie in der Drogerie oder in der Apotheke kaufen und haben gleichzeitig die Gewähr für einen hohen Wirkstoffanteil.

