

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Herausgeber: A. Vogel
Band: 63 (2006)
Heft: 10: Warum wird an der Uhr gedreht?

Rubrik: Fakten & 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: 12.01.2026

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

Curcuma fürs Gedächtnis

Curcuma oder Gelbwurz, farbgebender Bestandteil der Gewürzmischung Curry, steigert die Gedächtnisleistung und hemmt die Ablagerung von Amyloid-Plaques bei Alzheimer-Patienten. Das berichten Forscher aus Singapur im Wissenschaftsmagazin *New Scientist*.

Bei Untersuchungen von mehr als tausend gesunden Asiaten zwischen 60 und 93 Jahren konnten die Forscher feststellen, dass jene Probanden, die regelmässig Curry assen, eine bessere Gedächtnisleistung aufwiesen als jene, die nie oder selten Curryspeisen zu sich nahmen. Besonders erstaunlich: Bereits ein

Currygericht in einem Zeitabstand von einem halben Jahr bewirkte positive Veränderungen.

Curcuma wird seit langer Zeit als Gewürz und zum Färben von Stoffen verwendet. Die Gelbwurz ist für ihre verdauungsfördernde Wirkung bekannt und wirkt ausserdem antioxidativ. In der indischen Medizin wird Curcuma bei Entzündungen, Wunden und Ulzera der Haut, Juckreiz, Bauchbeschwerden, Blähungen und Verstopfung angewendet.

RP online

Die Rhizome der Curcuma-Pflanze werden zu einem leuchtend gelben Pulver zermahlen.



Fakten & Tipps

Werden Kindern beim Essen allzu viele Vorschriften gemacht, werden sie eher dick.



Strenge Eltern – dicke Kinder

Wer den Nachwuchs allzu streng erzieht, tut ihm nichts Gutes. Kinder, deren Eltern einen «autoritären» Erziehungsstil pflegen, bekommen eher Probleme mit Übergewicht.

Das stellten Wissenschaftler an der Boston University School of Medicine fest, die 872 Kinder über mehrere Jahre beobachteten. Kinder, deren Ansichten und Wünsche kaum zählten, wurden fünfmal häufiger dick.

Aber auch eine zu lasche Erziehung hilft wenig. Am besten schnitt der «autoritative» Erziehungsstil ab: Hier bestehen zwar Regeln, aber die Sicht der Kinder wird mitberücksichtigt. Diese kooperative Methode erspart Probleme – auch mit überschüssigen Kilos.

• Pediatrics



Familien-Erlebniskurse

Gehen Sie fit in den Winter! Die A.Vogel Familien-Erlebniskurse (mit Betreuung für Kinder ab 3 Jahren) helfen Ihnen dabei.

Fit durch den Winter

- Stärkung des Immunsystems
- Bewegung hält gesund und fit (z. B. Nordic Walking)
- Empfehlungen aus dem Klassiker «Der Kleine Doktor»
- Herstellung eines eigenen Produktes

Termine: 27.10. und 1.11., 14 bis 17 Uhr

Heilpflanzen in der Hausapotheke

- Wichtige Heilpflanzen für den Herbst und Winter
- Praktische Anwendungen: z.B. Wickel, Bäder, Inhalationen
- Heilkräuter in der Küche
- Herstellung eines eigenen Produktes

Termine: 22. und 24. 11., 14 bis 17 Uhr

Kursort: Bioforce AG

Grünaustrasse 4

CH – 9325 Roggwil TG

Kurskosten: CHF 25.- + CHF 5.- pro Kind

Information und Anmeldung:

Ursula Mostert

Bioforce AG Roggwil

Tel. (0041) (0)71 454 62 43



Ungesunde Duftspender

Eine in Reinigungsmitteln und Duftspendern enthaltene Chemikalie hat sich als offenbar gefährlich herausgestellt. Der Stoff Dichlorbenzol bewirkt laut einer amerikanischen Studie eine reduzierte Lungenfunktion. Die Forscher verglichen bei 953 Erwachsenen die Blutkonzentrationen von elf gebräuchlichen so genannten flüchtigen organischen Verbindungen (VOC) mit der jeweiligen Lungenfunktion. Der Stoff 1,4 Dichlorbenzol, der auch in Mottenkugeln enthalten ist und in 96 Prozent der Blutproben in nachweisbaren Mengen gefunden wurde, ging mit verringerter Lungenfunktion

Das gute alte Lavendelsäckchen – gesünder als chemische Düfte.



einher. Vor allem zum Schutz von Kindern mit Atemwegserkrankungen sollte man Produkte mit der Substanz meiden.

RP online

Schmerz und Durst

Wer Durst hat, nimmt Schmerzen stärker wahr. Zu dieser Erkenntnis kamen Wissenschaftler der Universitäten von San Antonio (USA) und Melbourne. Die Ursache für dieses Phänomen liegt vermutlich im Gehirn, das Schmerz und Durst in zwei verschiedenen Zentren verarbeitet. Wer unter Schmerzen leidet, sollte also bewusst ausreichend trinken.

Apotheken Umschau

Fakten & Tipps

Kongresse in Luzern und Zürich

Homöopathische Ärztinnen und Ärzte aus der ganzen Welt treffen sich vom 11. bis 14. Oktober 2006 zum 61. Kongress der Liga Medicorum Homeopathica Internationalis im KKL in Luzern. Dieser Kongress findet erstmals wieder nach 46 Jahren in der Schweiz statt.

Informationen und Anmeldungen unter: www.lmhi-congress-2006.ch.

Für den 12. Oktober (DO Abend) ist eine Publikumsveranstaltung vorgesehen. Themen u.a.: Homöopathie und Kinder, «der Zappelphilipp», Neurodermitis.

Am 28. und 29. Oktober 2006 findet im World Trade Center in Zürich der 1. Schweizer Wirbelsäulen-Kongress zur Dorn-Methode statt.

Jeder ist herzlich eingeladen. Programmheft mit weiteren Informationen bei der Pressestelle:

Um die sanfte Behandlung der Wirbelsäule und Gelenke geht es beim 1. Schweizer Dorn-Kongress.

Sandra Waldvogel, CH-8105 Regensdorf, Adlikerstr. 290
Tel. (0041) (0)44 840 18 58
E-Mail: sw@gp-waldvogel.ch
Internet: www.dorn-kongress.ch



Pflanzen mit Erinnerung

Gestresste Pflanzen merken sich negative Erfahrungen und geben diese Information an ihre Nachkommen weiter, haben Schweizer Wissenschaftler in Untersuchungen an der Ackerschmalwand herausgefunden.

Im Labor der Uni Basel setzten die Forscher Testpflanzen unter Druck, indem sie sie ultravioletter Strahlung aussetzten oder durch bakterielle Eiweisse Schädlingsbefall vortäuschten. Die Pflanzen reagierten: Die Ackerschmalwand erhöhte die Geschwindigkeit, mit der sich ihre Gene verändern.

Das allein ist noch nicht spektakulär. Dass

das unscheinbare Kohlgewächs diese höhere Mutationsrate aber auch an seine Nachkommen weitergibt, war eine echte Überraschung: Negative Erfahrungen führen im Erbgut der Nachfolgegenerationen zu messbaren Veränderungen, obwohl diese den Stressreizen ihrer Ahnen gar nicht mehr ausgesetzt waren.

wissenschaft.de



Kondensatoren aus dem Meer

Französische Wissenschaftler haben aus Algen extrem leistungsfähige Kondensatoren hergestellt. Diese können elektrische Energie viel effizienter speichern als Akkus.

Alginate, organische Verbindungen aus getrockneten und zermahlenen Algen, werden schon als Verdickungsmittel in der Lebensmittel- und Kosmetikindustrie verwendet. Die Forscher stellten aus diesem Stoff ein kohleartiges Pulver her, in dem sie sie unter Luftabschluss erhitzten. Das schwarze Pulver liess sich mit einem künstlichen Bindemittel zu einem festen Stoff formen, aus dem die Wissenschaftler Elektroden für Kondensatoren herstellen konnten.

Die so gefertigten Energiespeicher konnten mit Kondensatoren aus herkömmlich hergestellten Kohlenstoffverbindungen mithalten: Sie erreichten in der Speicher-

kapazität ähnlich hohe Werte und hielten sogar doppelt so hohen elektrischen Spannungen stand. Auch erwiesen sie sich als langlebig und verloren bei 10 000 Lade- und Entladezyklen nur 15 Prozent ihrer Speicherfähigkeit.

Die Wissenschaftler rechnen daher damit, dass Biomasse-Kondensatoren schon bald kommerziell angewendet werden können.

Nature/wissenschaft.de

Algen wie dieser Blasentang (*Fucus vesiculosus*) helfen der Elektrizität auf die Sprünge.