

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 92 (2014)
Heft: 12

Werbung

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: 05.04.2026

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

SCHÖNE FERIEN



HOTEL*** SCHWEIZERHOF *Toggenburg*

Weihnachten oder Neujahr allein zuhause? Ach was! Verbringen Sie in unserem gepflegten Haus mit vorzüglicher Festtagsküche und gemütlicher Atmosphäre ein paar erholsame Tage.

Halbpension ab Fr. 125.– pro Tag. Zimmer mit Du/WC, Radio, Telefon, W-Lan, TV, Lift. Gepflegte Spazierwege. Ski und Langlauf vor der Haustür.

Schneeschuhwandern: 18.1.–23.1.15 ab Fr. 670.–
Stubehöckler Jasstage: 08.3.–12.3.15 ab Fr. 610.–

Familie Walter Schlumpf, 9656 Alt St. Johann, Tel. 071 999 11 21, www.hotelschweizerhof.ch

SeeHotel Gotthard, Weggis

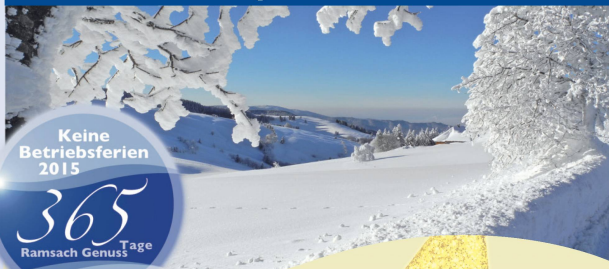
Tel. 041 390 21 14 www.gotthard-weggis.ch

Ferien im familiengeführten, gemütlichen, kleinen Hotel am Vierwaldstättersee. Schifffahrten, Spaziergänge, Ruhe & Erholung, Zimmer mit Seeblick. 4 Nächte mit Halbpension ab CHF 380.00 p/P. Gültig Mittwoch - Montag vom 7.1. - 30.4.15 (ohne Ostern). Familie Nanzer & Team freuen sich!



BAD RAMSACH

Weihnachtstage und Winterzauber



Keine Betriebsferien 2015

365 Tage
Ramsach Genuss

WEIHNACHTSTAGE 24. bis 26. 12. 2014

2 Übernachtungen inkl. Frühstücksbuffet

I Fondue-Chinoise • I festliches Weihnachtsmenu

Besuch der Mitternachtsmesse • Festliche Pianomusik am 25.12.

I Apéro und I Schlummertrunk

Preise pro Person in CHF:

Hotel DZ Fr. 343.00 / EZ 403.00 • Haus Silva EZ 323.00

WINTERZAUBER bis 28. 02. 2015

I Übernachtung mit Frühstücksbuffet • Fondue-Chinoise

Preise pro Person in CHF:

Hotel DZ 154.00 / EZ 184.00 • Haus Silva EZ 144.00



Kurhotel Bad Ramsach
www.bad-ramsach.ch
Tel: 062 285 15 15

4448 Läuelfingen
hotel@bad-ramsach.ch
Fax: 062 285 15 00



Mehr unter: www.bad-ramsach.ch

Seematt



Herzlich willkommen auf Seematt am Sempachersee !

Direkt am See, herrlich in einem Park gelegen, Seepark-Zimmer, leichte Küche

Seematt - Ferien und Erholung am Sempachersee
Seestrasse 3 - CH 6205 Eich - Telefon 041 462 98 00
info@seematt-eich.ch - www.seematt-eich.ch

Seebüel

Hotel • Café • See

CH-7265 Davos Wolfgang

Tel. +41(0)81 410 10 20

www.seebuel.ch



Sommer und Winter in Davos:
Gastfreundschaft à discretion

Traumhafte Natur direkt am See im Sommer –
schneesicher im Winter: Ferien in der familien-
freundlichen Atmosphäre des *** Hotels Seebüel
sind immer ein unvergessliches Erlebnis.

- alle Zimmer Dusche/WC
- alkohol- und rauchfrei
- Gratis Bus / WLAN
- vorzügliche Küche

EN GUETE



GOURMET DOMIZIL Mahlzeitendienst

wir liefern in der Stadt
Zürich & Umgebung

Fleischmenüs, Vegi,
Diabetiker und glutenfrei

für weitere Infos und die aktuellen Menüpläne:

044 271 55 66

www.gourmet-domizil.ch

Das Geschenk, das
zehnmal im Jahr Freude macht:

Ein Abo der Zeitlupe!



Schenken
Sie die
Zeitlupe!

044 283 89 13

ZEITLUPE

Das Hirnschlag-Risiko vermindern

Das gesunde Herz schlägt regelmässig. Gelegentlich kommt das Herz jedoch aus dem Takt. Geschieht das immer wieder, besteht der Verdacht auf Vorhofflimmern. Das ist die häufigste Herzrhythmusstörung, und sie verfünffacht das Risiko für einen Hirnschlag.

Interview mit Prof. Dr. med. Marcel Arnold, Neurologische Universitätsklinik Stroke Center, Inselspital, Bern.



Prof. Dr. Marcel Arnold, nimmt das Vorhofflimmern zu?

Vorhofflimmern kann in jedem Alter auftreten. Die Häufigkeit nimmt jedoch im höheren Alter zu. Aufgrund der demogra-

fischen Entwicklung mit steigender Alterung der Bevölkerung hat das Vorhofflimmern in den letzten Jahren deutlich zugenommen und wird weiter an Bedeutung gewinnen.

Wie kann man selber ein krankhaftes Vorhofflimmern erkennen?

Das Leitsymptom des Vorhofflimmerns ist der unregelmässige Puls. Dieser wird jedoch von vielen Patienten nicht bemerkt. Zu Symptomen kommt es häufig erst, wenn das Herz viel zu schnell oder zu langsam schlägt. Die wichtigsten Symptome sind Herzklopfen, Herzrasen, unregelmässiger Puls, seltener Schwindel und Atemnot bei Anstrengung. Bei sehr rascher oder langsamer Herzfrequenz kann es auch zu Stürzen und Bewusstseinsstörungen kommen. Wenn eines oder mehrere dieser Symptome auftritt, empfiehlt sich ein Arztbesuch.

Ihr Rat zur Vorbeugung?

Vorhofflimmern wird häufig durch eine zugrunde liegende Herzerkrankung verursacht. Deshalb gelten auch hier die wichtigsten Regeln für die kardiovaskuläre Prävention: Gesunde und ausgewogene Ernährung, regelmässige körperliche Aktivität, Vermeidung von Alkoholüber-

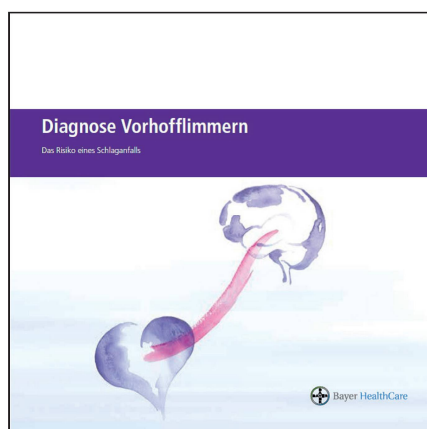
konsum, Nikotinabstinenz, konsequente Therapie des Bluthochdrucks, Senkung von erhöhte Blutfettwerten durch Diät und Medikamente und Behandlung von Diabetes.

Was ist das grösste Risiko des Vorhofflimmerns?

Patienten mit Vorhofflimmern haben abhängig von zusätzlichen Risikofaktoren ein mehrfach erhöhtes Risiko, einen Schlaganfall zu erleiden. Wenn die Vorhöfe sich völlig ungeordnet bewegen, eben Flimmern und nicht mehr richtig pumpen, bilden sich häufig Gerinnsel. Diese werden dann vom Blutstrom fortgetragen und können ins Gehirn spicken und dort ein Gefäss verstopfen.

Welche Therapiemöglichkeiten gibt es beim Vorhofflimmern?

Bei Vorhofflimmern ist in erster Linie das Hirnschlagrisiko ein Thema, denn dieses gilt es in erster Linie zu beurteilen und zu verringern. Hierzu sind bei den meisten Patienten Blutverdünner sehr wirksam. Daneben gibt es bei Bedarf auch Möglichkeiten, den Puls zu verlangsamen oder durch einen Eingriff die Herzaktivität zu beeinflussen.



Um die kostenlose Informationsbroschüre zur Diagnose Vorhofflimmern von Bayer zu bestellen, senden Sie bitte eine Email mit Ihrer Adresse und dem Vermerk «Informationsbroschüre Vorhofflimmern» an: orders-hc@bayer.ch