

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 93 (2015)
Heft: 11

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: 03.05.2026

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




 Hatt-Bucher-Stiftung

Fraumünster-Konzerte 2015

Mittwoch, 4. November
 14 Uhr und 17 Uhr

Die Gratis Eintrittskarten sind verlost und den glücklichen Gewinnerinnen und Gewinnern direkt zugestellt worden.

Der Zutritt zum Fraumünster ist nur mit einer Eintrittskarte möglich. Es hat leider keine freien Plätze mehr.

Die Hatt-Bucher-Stiftung lädt auch in Zukunft zu verschiedenen Veranstaltungen ein. Wer diesmal kein Glück gehabt hat, bekommt neue Chancen.

www.hatt-bucher-stiftung.ch

Einbau in jede bestehende Badewanne möglich
Badewanntüre Variodoor Comfort Typ 4




Neuheit

Mit der neuen Badewanntüre von Magicbad Schenker GmbH Luzern steigen Sie bequem in Ihre Wanne.

- Top Qualität und modernes Design.
- Die Türe wird massgenau nach der Badewannenform gemessen und speziell angefertigt!
- Wir haben 4 verschiedene Modelle und auch sehr preisgünstige Varianten.
- Lieferung und Montage in die ganze Schweiz.
- Kostenlose Beratung vor Ort!



Magicbad Schenker GmbH
 6004 Luzern
 Telefon 079 642 86 72
www.magicbad-schenker.ch

Was können Sie tun, um gesund zu bleiben? Fachpersonen sprechen mit Ihnen über:

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Minitrampolin mit hochelastischer Gummiseilring-Federung • Psychische Gesundheit • Masern • Kostenlose Beratung in Demenzfragen • Gesunde Ernährung • Suchtprävention • Blutzuckermessung • Kostenloser Hörtest • COPD-Risikotest • Blutdruckmessung • Augentest | <ul style="list-style-type: none"> • Messung der Knochendichte (Osteoporose Beratung) • Schlaf-Screening • Schlafapnoe • Rückentherapie und -training massgeschneidert mit Valedo • Lungenfunktion testen inkl. ärztlicher Beratung • Schmerztherapie (reden Sie mit uns über Ihre Schmerzen! – POLYMEDES Schmerzzentrum) • Lassen Sie sich beraten bei über 60 Ausstellern. |
|--|---|



Gutschein für 1 Portion Gratis-Marroni

einlösbar am Marroni-Stand während der Messe nur solange Vorrat

precura 

Ort: Hauptbahnhof Zürich

Datum: 6. - 8. Nov. 2015

Öffnungszeiten: 11 bis 19 Uhr

Eintritt: frei

Infos unter: www.apv.ch

expo50plus 

Das ideale Weihnachtsgeschenk für Jung und Alt

Erinnerungen an die Zeit des Zweiten Weltkriegs

● Viele Zeitlupe-Leserinnen und -Leser haben die Zeit des Zweiten Weltkriegs hautnah miterlebt und verfügen über einen grossen Schatz von Erinnerungen an diese sorgenvollen und entbehrungsreichen Jahre. Im fünften Band von «Das waren noch Zeiten ...» erzählen sie aus ihrem damaligen Alltag und berichten von Anekdoten und Erlebnissen, die zum Nachdenken, Sinnieren und Schmunzeln anregen. Entstanden ist ein anregendes (Vor-)Lesebuch, in dem Zeitzeuginnen und Zeitzeugen mit sehr persönlichen, teils heiteren und teils ernsten Geschichten dazu beitragen, dass Vergangenes wieder aufgefrischt wird und wertvolle Erfahrungen nicht vergessen gehen.

● Auf der zweisprachigen (D/F) DVD «Marta und der Held von Cluny» wird die in Band fünf von «Das waren noch Zeiten ...» enthaltene berührende Geschichte von Marta Baumgartner-Christen anhand eines stimmungsvollen Dokumentarfilms vertieft und ergänzt. Erzählt wird darin die tragische Liebesgeschichte zwischen der Grenchnerin und dem französischen Leutnant Albert Schmitt, der 1944 im Krieg gefallen ist. Aber auch, wie sich Marta Baumgartner-Christen als 90-Jährige in Cluny auf die Spurensuche ihres damaligen Verlobten machte.

«Das waren noch Zeiten ...», Band 5, CHF 25.– (plus Porto)
 «Marta und der Held von Cluny», DVD (D/F), CHF 15.– (plus Porto)

Bestellen unter info@zeitlupe.ch oder mit untenstehendem Coupon



Bestellcoupon

Ich bestelle je ___ Ex. von «Das waren noch Zeiten ...», Band 5, à CHF 25.– (plus Porto).

Ich bestelle je ___ Ex. der DVD «Marta und der Held von Cluny» à CHF 15.– (plus Porto). (Entsprechendes bitte ankreuzen)

Name/Vorname _____

Strasse _____

PLZ/Ort _____

Datum _____

Unterschrift _____

Bitte senden Sie den Coupon an: Zeitlupe, «Das waren noch Zeiten ...», Postfach 2199, 8027 Zürich, Fax 044 283 89 10, Mail info@zeitlupe.ch

Vorhofflimmern erhöht das Schlaganfallrisiko



Professor Christian Sticherling ist Herzspezialist und leitet seit 2010 die Abteilung für Herz-Rhythmusstörungen am Unispital Basel.

Herr Sticherling, meiner Bekannten ist neulich kurz schwindelig geworden. Der Vorhof in ihrem Herzen würde flimmern, hat ihr Arzt festgestellt. Was bedeutet das?

In den linken Vorhof münden Blutgefässe. Die sind innen mit Zellen beschichtet, die eng miteinander verbunden sind wie Pflastersteine auf einer Strasse.

Wenn nun der Druck im Herzen steigt – am häufigsten durch Bluthochdruck – kann die enge Verbindung zwischen den Steinen unterbrochen werden und in den Zellen entstehen Stromstösse. Die breiten sich wie kleine Tornados auf den Vorhof aus und der fängt dadurch an, rasend schnell zu schlagen, also zu flimmern.

Warum ist das so schlimm?

Die Schläge werden vom Vorhof nicht mehr geordnet weitergeleitet und das Herz pocht unregelmässig, meist zu schnell, manchmal zu langsam. Viel schlimmer ist beim Vorhofflimmern aber das hohe Risiko für einen Schlaganfall.

Wie kommt es dazu?

Der linke Vorhof ist an einer Stelle etwas ausgebeult, wir nennen das Herzohr. Das wird beim Flimmern nicht gut mit Blut ausgespült, Blutplättchen bleiben aneinander haften und werden durch Eiweissfäden verklebt. Dieses Blutgerinnsel kann mit dem Blut ins Hirn geschwemmt werden, dort ein Gefäss verstopfen und als Folge sterben Nervenzellen. Das ist ein Hirnschlag oder Schlaganfall.

Die Schweizerische Herzstiftung fand heraus, dass viele Leute einen Schlaganfall nicht erkennen würden ...

Dabei wäre dies sehr wichtig, denn jede Minute zählt! Bei einem Hirnschlag kann man plötzlich seinen Arm oder sein Bein nicht mehr richtig bewegen oder spürt Berührungen auf der Haut nicht mehr. Manche sehen auf einmal auf der einen Seite nichts mehr oder sprechen nuschelig. In diesen Fällen soll man keine Zeit verlieren und sofort mit der Ambulanz in ein Spital, am besten in ein Hirnschlagzentrum.

Wie merke ich, ob mein Vorhof flimmert?

Durch Schwindel, Herzstolpern, Herzrasen oder Atemnot. Dann sollte man unbedingt einen Arzt aufsuchen, damit dieser die Behandlung zur Verhinderung eines Schlaganfalls einleiten kann. Aber viele Betroffene spüren Vorhofflimmern nicht. Darum empfehle ich, ab dem 65. Lebensjahr den Puls regelmässig vom Arzt fühlen und ab und zu ein EKG machen zu lassen.

Kann man Vorhofflimmern vorbeugen?

Ja: Sich regelmässig bewegen, nicht rauchen, wenig Fleisch und viel Gemüse essen, nicht zu viel Alkohol trinken und Übergewicht vermeiden, Blutfettwerte kontrollieren und Bluthochdruck gut einstellen lassen. Damit schützt man sich übrigens auch vor vielen anderen Krankheiten.

Das Interview führte Felicitas Witte.

Vorhofflimmern in Zahlen:

- Betroffen in Europa: *6 Millionen Menschen*
- Risiko für Schlaganfall: *5 Mal höher als bei der Normalbevölkerung*
- Risiko für Herzschwäche: *3 Mal höher*
- Risiko, früher zu sterben: *doppelt so hoch*

Informationsbroschüre Diagnose Vorhofflimmern

Um die kostenlose Informationsbroschüre zur Diagnose Vorhofflimmern von Bayer zu bestellen, senden Sie bitte eine E-Mail mit Ihrer Adresse und dem Vermerk «Informationsbroschüre Vorhofflimmern» an:

orders-hc@bayer.ch



L.CH.COM.HC.05.2015.0635-DE