

Zeitschrift: Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung
Herausgeber: Pro Senectute Schweiz
Band: 97 (2019)
Heft: 5

Rubrik: Ratgeber

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>

Hormone aus dem Lot

Nicht nur bei Menschen, sondern auch bei Tieren können Probleme mit der Schilddrüse auftreten. Hunde erkranken häufiger an einer Schilddrüsenunterfunktion, Katzen an einer Schilddrüsenüberfunktion. Beide Erkrankungen sind gut therapierbar.

Eine Schilddrüsenüberfunktion (Hyperthyreose) tritt meist bei Katzen auf, die schon etwas älter sind. Ursache ist meist eine gutartige Vergrößerung der Schilddrüse. Sie bewirkt, dass die Schilddrüsenhormone unkontrolliert und in hoher Masse produziert und ausgeschüttet werden. Die vergrösserte Schilddrüse ist bei der Untersuchung oft spürbar.

Katzen, die an einer Überfunktion leiden, zeigen oft Heisshunger und deutlichen Gewichtsverlust, aber auch Verdauungsstörungen wie Erbrechen oder Durchfall sind häufig. Sie trinken zudem sehr viel und müssen deshalb deutlich mehr Harn absetzen. Die hohen Schilddrüsenhormone führen überdies zu einer hohen Herzfrequenz. Die Tiere sind sehr unruhig und miauen vermehrt. Oft suchen sie zum Schlafen auch kühle Plätze auf.

Die Symptome zeigen sich meist sehr deutlich. Im Bluttest kann das erhöhte Schilddrüsenhormon T4 nachgewiesen werden. Als Therapie kommt ein Medikament zur Anwendung, das die Synthese der Schilddrüsenhormone reduziert. Das Medikament muss lebenslang eingenommen werden und kann als Tablette verabreicht werden. Falls eine Tablettengabe nicht möglich ist, kann das Medikament als Salbe an die Innenseite der Ohrmuschel appliziert werden. Der Hormonspiegel reguliert sich dank der Behandlung nach wenigen Wochen. Die Katzen nehmen



Die Schilddrüse

Im Bereich des Halses liegt die Schilddrüse auf der Luftröhre. Ihre Hauptaufgabe ist die Produktion der Hormone T4 und T3, die das Wachstum, den Stoffwechsel, die Organentwicklung und Teile des Nervensystems beeinflussen. Unbehandelte Erkrankungen der Schilddrüse können mit der Zeit Folgeschäden an verschiedenen Organen im Körper verursachen.

wieder an Gewicht zu, haben eine bessere Lebensqualität und eine deutlich längere Lebenserwartung.

Schilddrüsenunterfunktion bei Hunden

Von einer Schilddrüsenunterfunktion (Hypothyreose) betroffen sind vor allem mittelgrosse bis grosse Hunde im mittleren Alter. Ursachen dafür sind meist eine Entzündung oder eine Atrophie (Verkleinerung) der Schilddrüse. Die Symptome sind vielfältig: Müdigkeit, Lethargie und Leistungsschwäche. Der Vierbeiner nimmt auch stetig an Gewicht zu, obwohl Fütterung und Appetit konstant sind. Oft leiden die Vierbeiner an wiederkehrenden Hautproblemen und Ohrentzündungen. Da sich die Krankheit und die daraus folgenden Symptome nur langsam entwickeln, ist es für Hundehalterinnen und -halter nicht wirklich einfach, die Veränderungen zu erkennen. Sie werden oft mit einem normalen Alterungsprozess verwechselt.

Die Diagnose erfolgt durch eine Blutuntersuchung, in der das Schilddrüsenhormon T4 und das schilddrüsenstimulierende Hormon cTSH untersucht werden. Der Test ist jedoch nicht immer eindeutig und in einigen Fällen sind weitere Stimulationstests nötig. Eine bestätigte Schilddrüsenunterfunktion kann gut behandelt werden. Die Hunde erhalten täglich Tabletten, die synthetisch hergestelltes Schilddrüsenhormon enthalten. Dadurch wird der tiefe Hormonspiegel ausgeglichen. Bereits nach wenigen Wochen sind die Vierbeiner wieder deutlich vitaler und auch die Haut- und Gewichtsprobleme normalisieren sich. Die Therapie erfolgt lebenslang. *



● Mirjam Kündig

ist Tierärztin in Zürich und macht auch Hausbesuche.
077 422 0842
www.flyingdogtor.ch

Darauf fliegen sie

Damit Insekten im Garten, auf Balkon und Terrasse zu Besuch kommen und sogar sesshaft werden, braucht es ein vielfältiges Pflanzenangebot und Nistmöglichkeiten.

Pollen- und Nektarsammler schätzen mehrjährige einheimische Wildpflanzen, die für jeden Standort erhältlich sind, also von sonnig bis schattig. Diese Stauden haben den Vorteil, dass sie Witterungsschwankungen gut überstehen, weil sie in der freien Natur gelernt haben, solchen Widrigkeiten zu trotzen. Falls die fliegenden Blütenbesucher entsprechende Nistmöglichkeiten – Pflanzen, künstliche Kästen, Sand- oder Holzelemente – vorfinden, vermehren sie sich auch vor Ort oder überwintern.

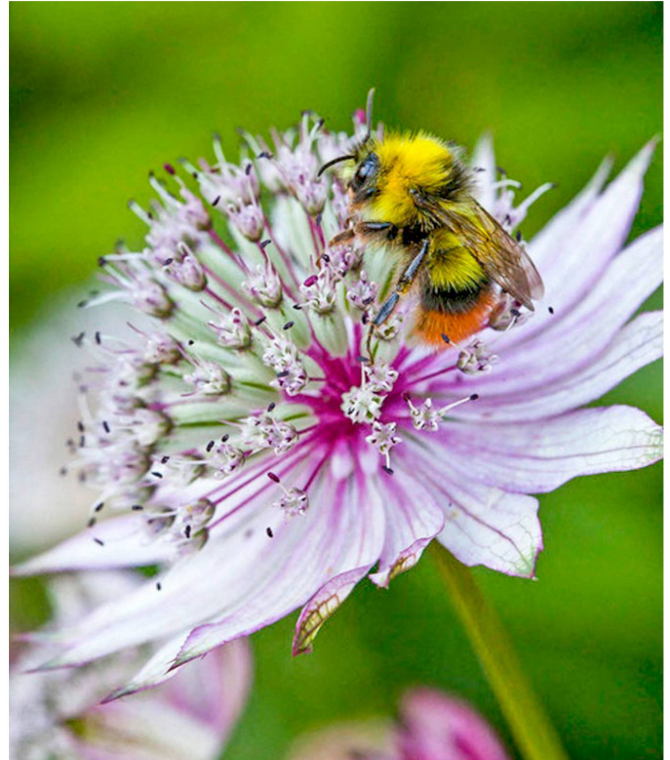
Die Sonnenscheindauer ist entscheidend dafür, welche Pflanzen wo gesetzt werden. Und diese wiederum ist abhängig von der Himmelsrichtung: Heisse Standorte sind nach Südosten, Süden oder Südwesten ausgerichtet und erhalten täglich mindestens sechs Stunden direktes Sonnenlicht. Pflanzen für den Halbschatten fühlen sich an Standorten gegen Westen und Nordwesten wohl. An solchen Plätzen scheint die Sonne zwischen vier und sechs Stunden. Schattengewächse kommen unter Bäumen oder an Orten vor, die gegen Norden ausgerichtet sind und weniger als vier Stunden besonnt werden.

Diese drei mögens heiss

Insekten mögen die rosa-lila Gewöhnliche Karthäusernelke (60–120 cm), den blaublütigen Wiesen-Storchschnabel (20–80 cm), die Wilde Möhre (100 cm) mit ihren weissen Dolden, die alle an sonnigen Plätzen gut gedeihen.*

Diese drei fühlen sich im Halbschatten wohl

Schmetterlinge, (Wild-)Bienen und Hummeln fliegen im Halbschatten auf den Wiesensalbei mit seinen tiefblauen Blüten (60 cm), die Wiesen-Glockenblume mit lila Blüten (20–70 cm) und den gelblütigen Gewöhnlichen Hornklee (10–30 cm).*



Diese drei schätzen Schatten

Insekten suchen den Klebrigen Salbei mit seinen gelben Blüten (40–80 cm), die kriechend krautige Walderdbeere sowie die Grosse Sterndolde mit weissen Blüten (30–90 cm) im Schatten auf.*

Nistplätze für Wildbienen

Wer sich für eine künstliche Nisthilfe entscheidet, sollte beim Kauf darauf achten, dass verschieden grosse Einschluflmöglichkeiten für die Insekten vorhanden sind. Grund: Winzig kleine Wildbienen nisten in Röhren mit 2 mm Durchmesser (Gewöhnliche Maskenbiene), andere in solchen mit 9-mm-Öffnungen (Gehörnte Mauerbiene). Montiert werden die Kästen an sonnigen, trockenen Standorten mit freier Einflugsmöglichkeit. ** *

Tipps zu einheimischen Wildpflanzen und -bienen

* Welche Pflanzen sich für welchen Standort eignen: <https://floreteria.ch>

** Welche Wildbiene sich wo vermehrt: www.wildbee.ch/wildbienen/nistplaetze

➤ Ausführliche Ratschläge zu Pflanzung, Pflanzgemeinschaften in Topf und Garten: Das Wildpflanzen-Topfbuch, Reinhard Witt, Dr.-Reinhard-Witt-Verlag, 2017, ab ca. CHF 38.–

➤ Inspirationen aus einem Garten mit Wildpflanzen: www.naturimgarten.ch



● Christine Kunovits

ist Leiterin Redaktion und Verlag von «Bioterra». Vermutlich auch, weil selbstgezogene Cherrytomaten vor bald 30 Jahren ihre Liebe zum Gärtnern erweckt haben.

Wenn es in der Nase krumm läuft



Viele Menschen leiden unter den Folgen einer krummen Nasenscheidewand, ohne es zu merken. Erst wenn ihnen die Atmung durch die Nase wirklich schwerfällt, gehen sie zu einem Arzt.

1 Welche Funktion hat eine Nasenscheidewand?
Die Nasenscheidewand besteht aus Knorpel, der von einer Schleimhaut bedeckt ist. Sie trennt die linke und rechte Nasenhöhle. Ihre Hauptfunktion: Sie stützt die Nasenspitze und hält damit die Nasenlöcher für die Atmung offen. Die Schleimhaut am Naseneingang ist mit vielen kleinen Blutgefässen durchzogen, sie wärmt zusammen mit den Nasenmuscheln die Atemluft.

2 Rund 40 Prozent der Menschen haben eine krumme Nasenscheidewand und leben gut damit: Wann ist es an der Zeit, etwas dagegen zu tun?
Wenn die Atmung durch mindestens ein Nasenloch konstant und merkbar eingeschränkt ist. Ob eine Nasenscheidewandverkrümmung funktionell relevant ist und einer Therapie bedarf, ist von mehreren Faktoren abhängig. Betroffene mit einer langen, schmalen Nase leiden bereits unter leichten Verkrümmungen. Betroffene mit einer grossen, breiten Nase hingegen bemerken selbst starke Verkrümmungen oft wenig oder überhaupt nicht. Da das Knorpelgewebe der Nase und der Ohren bis zum Lebensende wächst, kann sich eine Verkrümmung über die Jahre verstärken. Entscheidend für einen Therapieeinsatz ist letztendlich der subjektive Leidensdruck der Betroffenen.

3 Wie lässt sich feststellen, ob und wie stark die Scheidewand die Atmung behindert?
Mit der Vermessung der Nasenscheidewand und einer Nasenendoskopie. Damit werden die Struktur des Naseninneren und das Flussvolumen respektive der Flusswiderstand des Luftstromes festgehalten. Diese Untersuchungen werden zwei Mal durchgeführt. Zwischen den beiden Versuchen setzt man einen abschwellenden Nasenspray ein, um zu sehen, ob die Verkrümmung oder ein Schwellzustand der Nasenmuscheln die Nasen-

atmung behindert. Ergänzend werden meist Allergietests durchgeführt – um eine allergisch bedingte Schleimhautschwellung als Ursache der Beschwerden auszuschliessen.

4 Muss eine behinderte Nasenatmung immer operativ behoben werden?
Die Operation steht selten an erster Stelle. Häufig können die Beschwerden mit konservativen Behandlungen behoben werden – etwa mit einer intensiven Schleimhautpflege oder mit dem Einsatz kortisonhaltiger Nasensprays, die die Schleimhaut langfristig abschwellen lassen und Betroffene nachhaltig entlasten. Die Operation ist erst eine Option, wenn sich die Beschwerden trotz diesen Behandlungen nicht ausreichend bessern.

5 Wie genau wird die Operation durchgeführt?
Man muss zwei Formen unterscheiden: der rein funktionelle Eingriff, der die Nasenatmung verbessern soll, und die kosmetische Nasenoperation. Wird nur die Nasenscheidewand begradigt, ändert sich die Form der äusseren Nase nicht merklich. Die Operation erfolgt vollständig durch die Nasenlöcher, also ohne äusseren Schnitt an der Nase. Meist werden während des Eingriffs zugleich die unteren Nasenmuscheln, also die Schwellkörper der Nase, verkleinert. Nach etwa zwei bis drei Wochen ist der Heilprozess abgeschlossen, und der Patient bemerkt in der Regel eine deutlich verbesserte Nasenatmung. *



● **Alexander Volck**

ist Facharzt für Otorhinolaryngologie mit dem Schwerpunkt für Hals- und Gesichtschirurgie. Er ist in der HNO-Praxis Bachstrasse in Schaffhausen und als Leitender Arzt der Hals-Nasen-Ohren-Abteilung am Kantonsspital Schaffhausen tätig.

Was ist eigentlich ein Stimmenprofil?

Die Stimme als Passwort – was wie ein Wunschtraum klingt, ist bei manchen Dienstleistungsanbietern schon heute Tatsache. Doch die Bequemlichkeit hat ihren Preis, denn die Stimme verrät weit mehr als nur die Identität.



Sicherheit ist im digitalen Zeitalter ein kostbares Gut. Zwischen Software-Herstellern, Dienstleistungsanbietern und Kriminellen gibt es einen laufenden Wettbewerb. Um sicherzugehen, dass sich keine Schlawiner am Telefon Zugriff auf persönliche Daten oder Vermögenswerte verschaffen, werden Kundinnen und Kunden zum Beispiel aufgefordert, drei Fragen zur Identifikation zu beantworten: «Wie lautet ihr Geburtsdatum?», «An welcher Adresse wohnen Sie?» und «Wie hoch war ihr letzter Rechnungsbetrag bzw. Kontostand?».

Hin und wieder gibt es auch komplexere Fragen zu beantworten, deren Antwort man vielleicht nicht gerade bereit hat. «Dann kommt sich der Kunde vielleicht dumm vor, was weder für ihn noch den Berater angenehm ist», sagt Melanie Schefer Bräker, Head of Customer Care Residential & SME bei Swisscom.

Wäre es nicht toll, die Stimme des Kunden könnte als Passwort dienen? Für die Kundinnen würden die lästigen Fragen entfallen, für die Swisscom gäbe es eine Zeitersparnis von rund 30 Sekunden pro Gespräch, und die Identifikation des Kunden würde noch sicherer.

So setzt die Swisscom als erste Firma der Schweiz seit 2016 auf bio-

metrische Stimmerkennung und weist deshalb die Anrufenden darauf hin: «Dieser Anruf wird zu Schulungszwecken aufgezeichnet. Zur künftigen Prüfung Ihrer Identität erstellt Swisscom zudem aus dieser Aufzeichnung ein Stimmenprofil.» Konkret geht das so: Wenn der Kunde spricht, misst Voiceprint verschiedene Stimmmerkmale wie zum Beispiel Frequenz, Geschwindigkeit, Aussprache, Akzent. Aus diesen zahlreichen Merkmalen entsteht ein individueller Stimmabdruck. Bei der Erfassung des Stimmabdrucks werden keine Gesprächsinhalte gespeichert, sondern nur Stimmmerkmale. Der Erstellung kann man widersprechen, was aber gemäss Melanie Schefer Bräker nur ein kleiner Teil der Kunden macht. Bei unter 16-Jährigen und Nicht-Schweizern wird aus Datenschutzgründen kein Stimmabdruck erstellt.

Das Datenschutz-Thema hat seinen Grund: Eine Stimme birgt über 200 000 individuelle Merkmale in sich und gilt als so einmalig wie ein Fingerabdruck! Doch aus der Stimme lässt sich weit mehr als nur die Identität ableiten, und deshalb investieren Firmen wie Google und Amazon viel Geld in die Entwicklung von Algorithmen, die die Stimme sezieren. So soll erkannt werden, ob jemand lügt, glücklich, wütend oder traurig ist und welche persönlichen Charakteristika man sonst

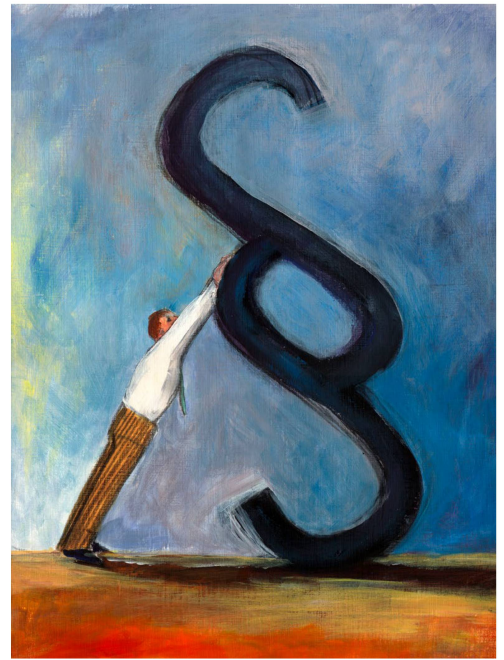
noch mitbringt. Wer also der Erstellung seines Stimmenprofils zustimmt, weil es bequem ist und Zeit spart, öffnet hier eine Türe zu persönlichen Informationen, die weit über die Identifikation der Person hinausreichen. Die gleiche Technologie wird vielleicht bei anderer Gelegenheit genutzt, um darüber zu befinden, ob Sie kreditwürdig sind. Ob im Kontext mit der Erstellung eines Stimmenprofils oder der Zustimmung von Allgemeinen Geschäftsbedingungen, die einem für die Nutzung eines Programms oder einer App immer mehr Eingriffe in die Privatsphäre abringen, ist es höchste Zeit, kritischer im Umgang mit persönlichen Daten zu werden und diese nicht einfach für Bequemlichkeit preiszugeben.

Swisscom distanziert sich klar von weiteren Verwendungszwecken: «Swisscom verwendet den Stimmabdruck rein für die Identifikation», so Melanie Schefer Bräker. Zugriffe auf den Stimmabdruck, der auf Servern in Rechenzentren von Swisscom gespeichert werde, seien zudem geschützt und erfüllen höchste Sicherheitsanforderungen. *



● Marc Bodmer

ist Jurist und Cyberculturist. Er beschäftigt sich seit über 25 Jahren mit digitalen Medien.



Schlichtungsstelle im Streitfall

Die Ombudsstelle Alter und Behinderung in St. Gallen vermittelt bei Konflikten zwischen Betreuungseinrichtungen und -organisationen und betroffenen Personen. Ziel ist es, mögliche Probleme früh anzugehen.

Was muss man sich eigentlich unter einer Ombudsstelle für alte Menschen vorstellen? Mit welchen Anliegen kann man sich an sie wenden? Wer kann das tun – nur die Betroffenen selber oder auch Angehörige? Welches sind die häufigsten Fragen? Ist das Angebot kostenlos?

Die Kantone sind verpflichtet, ein niederschwelliges Schlichtungsverfahren für Streitigkeiten zwischen Menschen mit Behinderung und Institutionen anzubieten. In einigen Kantonen, darunter St. Gallen sowie die beiden Appenzell, wurde dieses Angebot auch auf alte Menschen ausgedehnt und einem privaten Verein, dem Verein Ombudsstelle Alter und Behinderung OSAB, übertragen. Pro Senectute gehört dem Trägerverein an.

Oft befinden sich Menschen, die auf professionelle Hilfe oder Pflege angewiesen sind, in einem Abhängigkeitsverhältnis zu den pflegenden und betreuenden Personen. In solchen Konstellationen kann es zu Konflikten kommen. Mit der Ombudsstelle steht Betroffenen, aber auch ihren Angehörigen eine unabhängige Anlaufstelle zur Verfügung. Auf der anderen Seite können auch Institutionen und Organisationen an die Ombudsstelle gelangen. Ziel ist es, oftmals zeit- und kostenaufwändige und vor allen auch belastende rechtliche Verfahren zu vermeiden und Konflikte in einem möglichst frühen Stadium anzugehen.

Die Fragen und Konfliktfelder reichen von Themen finanzieller Art – zum Beispiel der Pflegestufen-Einteilung – bis hin zu Fragen der Selbstbestimmung im Heimalltag oder über Rechte und Pflichten von Angehörigen pflegebedürftiger Personen. Während die Institutionen und Organisationen, die die Vermittlerdienste der Ombudsstelle in Anspruch nehmen, Mitglied des Trägervereins sind, erfolgt die Dienstleistung für die betroffenen Privatpersonen kostenlos. Für den Kontakt zur Ombudsperson sind im Gegensatz zu rechtlichen Verfahren keine Formvorschriften

einzuhalten. Dieser kann unkompliziert telefonisch erfolgen, aber selbstverständlich auch schriftlich mit normaler Briefpost oder per E-Mail.

Die Ombudsperson ist neutral und unabhängig. Sie ist keiner der beiden Streitparteien verpflichtet. Zudem ist sie in ihrer Tätigkeit zu strikter Verschwiegenheit verpflichtet: Solange eine ratsuchende Person nicht möchte, dass die andere Konfliktpartei von der Anfrage erfährt, geschieht dies auch nicht. Dies ist auch dann nicht nötig, wenn das Problem mit einer einfachen Auskunft erledigt werden kann. In der Regel ist die Situation aber komplexer. Eine nachhaltige Bereinigung kann nur dann zielführend erreicht werden, wenn alle Beteiligten einbezogen werden können.

In derartigen Fällen führt die Ombudsperson in der Regel einen «runden Tisch» durch. Dieses Vorgehen erlaubt es, dass in Anwesenheit aller Beteiligten die Umstände des Konflikts von beiden Seiten unmittelbar dargestellt und unter der Leitung und Moderation der Ombudsperson gemeinsam diskutiert werden können. Beendet wird das Verfahren mit einer schriftlichen Vereinbarung, mit welcher der Konflikt im Idealfall gelöst und eine beidseitig befriedigende Lösung gefunden wird – oder aber zumindest das Verhältnis der Betroffenen auf eine bessere Grundlage gestellt ist als vor dem Vermittlungsverfahren.*

Beratung in Ihrer Nähe Die Adresse Ihrer Pro-Senectute-Beratungsstelle finden Sie vorne im Heft. Auch die Unabhängige Beschwerdestelle für das Alter UBA vermittelt und schlichtet in Konfliktsituationen: Malzstrasse 10, 8045 Zürich, Telefon 058 450 60 60, Mail info@uba.ch, Internet www.uba.ch



● **Susanne Vincenz-Stauffacher**

lic. iur., ist Rechtsanwältin und Leiterin der Ombudsstelle Alter und Behinderung Kanton St. Gallen, Schützengasse 6, 9000 St. Gallen, Telefon 071 220 33 73, Mail vincenz@osab.ch, Internet www.osab.ch

Fragen, die sich beim Geldanlegen stellen

Wer im Gespräch mit dem Finanzberater oder der Finanzberaterin wichtige Dinge klärt, kann bei der Anlage seines Vermögens unliebsame Überraschungen vermeiden.

Für Verhaltensökonomien ist klar: Verluste schmerzen mehr, als Gewinne Freude bereiten. Da lohnt es sich, vor dem Geldanlegen die richtigen Fragen zu stellen. Wie viel Geld brauche ich für den

Lebensunterhalt? Was bleibt noch übrig? Wie stehe ich zum Risiko? Mit seriösen Abklärungen und Entscheidungen lassen sich böse Überraschungen weitgehend vermeiden.

Ein guter Finanzberater wird sich ohnehin ähnlich wie ein Bergführer

vor einer Gebirgstour über ihre Risikobereitschaft und -fähigkeit informieren. Er will wissen, wie sie emotional damit umgehen, wenn ihr investiertes Kapital wegen Turbulenzen an den Finanzmärkten plötzlich um 20 Prozent oder noch mehr schrumpft.

INSERAT



krebsliga

Darmkrebs ist
es egal, wer du bist.
Informier dich.

Früh entdeckt ist Darmkrebs meist heilbar. Deshalb empfehlen wir ab 50 die Früherkennung. Zudem senkt ein gesunder Lebensstil mit ausreichend Bewegung das Risiko. Wir informieren, unterstützen und begleiten.

Mehr auf krebisliga.ch/darmkrebs

Ab 50:
zur Vorsorge



Heikel wird es, wenn jemand spekulativ veranlagt ist, aber nicht über die dafür notwendigen Mittel verfügt. Ein professioneller Berater ermittelt mit Tests und Gesprächen das Risikoprofil eines Kunden ebenso wie die aktuelle Lebenssituation. Die Anlageberatung kann bei der Hausbank oder einem unabhängigen Vermögensberater geschehen. Aber aufgepasst: Beim Gratistreff mit dem Bankexperten wird er danach vielleicht vor allem die teureren Finanzprodukte aus dem eigenen Haus empfehlen. Anders beim Erstgespräch mit dem eigenständigen Berater. Dort kosten die ein bis zwei Stunden etwas, dafür sind die Ratsschläge für ein Portfolio nachher nicht von Verkaufsinteressen des Geldinstituts geleitet.

Echtes Vertrauen in eine Finanzberaterin oder einen Finanzberater entwickelt sich ohnehin erst nach einer gewissen Zeit. Aber auch da sind Fragen gleich zu Beginn wichtig. Etwa wie viele Kunden er betreut oder mit wel-

chen Gebühren bei den empfohlenen Produkten zu rechnen ist. Gerade diese Kosten sind immer wieder Anlass für Streitigkeiten. Der Schweizerische Bankenombudsman bearbeitet jährlich rund 2000 Anfragen von unzufriedenen Kunden, ein Grossteil davon betrifft Unstimmigkeiten bei den Gebühren und Nebenkosten. Mit eigenen Nachforschungen bei einem Internet-Vergleichsdienst wie Comparis oder Moneyland lassen sich die teils grossen Unterschiede bei den Produktkosten rechtzeitig erkennen. Selbst ein seriöser Finanzberater ist jedoch kein Hellseher. Eine Prognose über den künftigen Marktverlauf oder die Zinsentwicklung kann er nicht abgeben.

Überhaupt macht es keinen Sinn, bei der Anlageberatung möglichst hohe Erwartungen zu wecken. Erfolgreiche Berater klären über die Risiken einzelner Produkte auf und empfehlen danach die passenden Wertschriften. Ein konservatives Portfolio enthält mehr Obligationen und Bargeld, dafür

weniger Aktien. Man spricht dann auch von einer defensiven Anlagestrategie für Investorinnen und Investoren, die nicht gut mit Kursschwankungen leben können. Für aggressiver veranlagte Kunden fällt der Aktienanteil höher aus. In beiden Fällen werden solche Investments häufig mit Anlagefonds oder kostengünstigen Indexfonds umgesetzt. Aktien bestimmter Unternehmen drängen sich nur auf, wenn das Geld für mindestens ein Dutzend Einzeltitel reicht.

Nach all den Fragen im Gespräch mit Finanzberater oder -beraterin hilft es, die spontan getroffenen Entscheidungen zu überschlafen und sich zu fragen: Habe ich auch alles verstanden? Wenn ja, dann ist alles klar. *



● **Kurt Speck**

ist Wirtschaftswissenschaftler, Ex-Verleger und -Chefredaktor der Handelszeitung. Er publiziert zu Finanz- und Vorsorgethemen.

INSERAT

Für den Einkauf zu Hause.

Lassen Sie uns den Einkauf für Sie erledigen und schenken Sie sich Zeit – für die wirklich wichtigen Dinge im Leben.

Vorteile:

- Umfangreiches Sortiment – zu gleichen Preisen wie in der Coop Filiale
- Einzigartige Auswahl von mehr als 1400 Jahrgangswinein und 350 auserlesenen Spirituosen
- Bequeme Lieferung an die Wohnungstüre, vielerorts sogar stundengenau



www.coopathome.ch

CHF 20.- Rabatt bei Ihrem Online-Einkauf ab CHF 200.- bei coop@home. Code «LUP19B-L» im Checkout einfügen. Bon kann nicht kumuliert werden, ist gültig bis am 31.05.2019 und pro Kunde einmal einlösbar. Nicht gültig beim Kauf von Geschenkkarten und Mobile Angeboten.



Für mich und dich. @home