



Liebe Leserinnen, liebe Leser,

in einer Zeit, da es immer einfacher wird, in die entlegensten Winkel der Welt zu fliegen, versuchen viele Deutsche, dem heimischen Winter zu entkommen. Doch so mancher Tropenreisende bricht blauäugig in die Ferne auf und vernachlässigt den gesundheitlichen Schutz. Als Folge enden die schönsten Wochen des Jahres mit unangenehmen, teilweise lebensgefährlichen Krankheiten. In unserem Titelthema geben wir Ihnen Tipps, wie Sie Malaria und weiteren Gesundheitsgefahren vorbeugen können.

Auch in der Heimat ließe sich mit vernünftiger Vorsorge viel Schlimmes verhindern – etwa bei Erkrankungen der Schilddrüse, der Zähne oder der Knochen. Aber weil wirksame Maßnahmen zunächst einmal Geld kosten und Erfolge häufig erst nach Jahren erkennbar sind, werden notwendige Anfangsinvestitionen gescheut. Angesichts knapper Kassen und kurzer Planungsintervalle fehlt es vor allem auch an sinnvollen politischen Entscheidungen: Statt Vorgaben zu machen, die in Zukunft Milliarden einsparen (vom menschlichen Leid ganz zu schweigen), wird am eigenen Image herumgedoktert. Schließlich stehen die nächsten Wahlen schon vor der Tür.

Wie die Zukunft der Medizin aussehen könnte, wenn sie dann noch finanzierbar ist, zeigt in dieser Woche wieder die Medica in Düsseldorf. Während des riesigen Branchentreffens präsentieren nicht nur Firmen technische Neuerungen, sondern erörtern Fachleute auch das Gesundheitswesen in fünf oder zehn Jahren. Gerade der Bereich der kommunikativen Vernetzung beweist, dass Innovationen nicht unbedingt mehr Geld kosten müssen, sondern durchaus Einsparungen bringen können.

Um unser Magazin künftig noch mehr in Ihrem Sinne zu gestalten, wollen wir in dieser Ausgabe Ihre Meinung hören. Bitte nehmen Sie deshalb an unserer Leserumfrage teil. Sagen Sie uns, was Ihnen gefällt, aber auch, was Ihnen fehlt. Besonders interessiert uns, wie wir unseren Service für Sie weiter steigern können. Als zusätzliches Angebot unserer Redaktion bieten wir Ihnen diesmal die Möglichkeit, Experten am Telefon zum Thema Brustkrebs zu befragen. Weitere Aktionen dieser Art sollen demnächst folgen.

Ihr

Dr. Dirk Förger
Chefredakteur

editorial inhalt

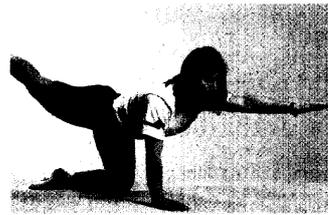


titelthema

Gesund bleiben auf Fernreisen 6-9
Gut vorbereitet in den Urlaub

gesund leben

So werden Sie fit fürs Skifahren 12
Gymnastik mit Martina Ertl



Wer nicht hören kann, muss leiden 13
Hightech für die Ohren

Neues von der Buchmesse 14-15
Alles über Fitness und Gesundheit

Berufe im Gesundheitswesen 16
Ernährungsberaterin: Alles dreht sich bei ihr ums Essen

Kompaktkuren 16
Kassen beteiligen sich an Kosten

Den Schuppen eins aufs Dach geben 17

medizin & rat

Meldungen zu Rheuma, Aids und Behinderungen 18-19

Neues von der Medica 20
In Zukunft hilft Doktor Robot



Wenn sonst nichts mehr hilft 21
Opiode bei chronischen Schmerzen

Überflüssige Kröpfe 22
Bei Schilddrüsenerkrankungen früh zum Arzt

Homöopathie bald selbst bezahlen? 22
Neue Regelung wird diskutiert

Alles über Brustkrebs 23
Große Telefonaktion

Patienten: Rechte & Pflichten 24
Wahl des Arztes ist frei



Von Elternzeit profitieren 24
Gesetzesänderung stärkt Familien

Kassen haben das letzte Wort 25
Häusliche Krankenpflege

Leserbefragung 26
Traumwochenende zu gewinnen

bunte seiten

Zahnpflege für den Hund 28
Tipps von Fernsehärztin Dr. Rolf Spangenberg



Rätselseite 29

Promitreff 30
Vicky Leandros – fit und gut drauf

Impressum 30