

## Forschung und Praxis

- Wolfgang Hühn  
Hyperbare Sauerstofftherapie zur Behandlung der Migräne  
*Hyperbaric oxygen therapy for the treatment of migraine* ..... 129
- Karl Huth  
Functional Food: Ballaststoffe als Phytopharmaka  
*Functional food: viscous fibres as phytotherapeutics* ..... 132
- Hans-Jürgen Schramm  
Myognostik bei Baulärm und Bach ..... 136

## Medizin und Recht

- Sprechstunde Recht ..... 138

## Unternehmen Arztpraxis

- Gesprächsführung in der Naturheilpraxis (3): Der sterbende Patient ..... 139

## Aus der Industrie

- Phytotherapeutikum bei leichten bis mittleren Depressionen ..... 140
- CVI: Phytotherapeutikum in Therapiekonzept integrieren ..... 142
- Junge gesunde Haut mit Phyto Haut Complex ..... 142
- Oliveblattextrakt – ein altes Heilmittel ..... 143
- Internationale Zinkkonferenz „Zinc Signals“ ..... 143
- Diätetisches Lebensmittel für Rheumakranke ..... 144
- Sanfte Hilfe bei Schlafbeschwerden ..... 144



**Seite 132** Omega-3-Fettsäuren sind reichlich in Fisch enthalten, werden aber auch als Nahrungsergänzungsmittel aus pflanzlichen Rohstoffen gewonnen.

### Bleiben „Alkis“ länger klar?

Nach Ergebnissen einer niederländischen Studie verringert mäßiger Alkoholgenuß in der zweiten Lebenshälfte das Risiko, an einer Demenz zu erkranken. Über zehn Jahre wurden fast 8000 Personen untersucht, die zu Beginn 55 Jahre alt waren und nicht an einer Demenz litten. 107 von ihnen entwickelten innerhalb von sechs Jahren eine Demenz. Diejenigen, die täglich ein bis zwei Drinks zu sich nahmen, hatten ein signifikant niedrigeres Demenz-Risiko. Die Schutzwirkung könnte in einer verringerten Ablagerung in den Gefäßen und einer Senkung der Blutfettwerte bestehen. Denkbar ist auch ein direkter Effekt auf die Kognition über die Freisetzung von Acetylcholin in den Hippocampus.

*Lancet 2002;359:281-286*

### Magere Senioren sterben früher

Eingeschränkte Motorik, Dysphagien oder schlecht sitzende Gebissprothesen führen nicht selten dazu, dass alte Menschen zu wenig essen und immer dünner werden. Auch ein geringes Geschmacksempfinden und Einsamkeit kann die Freude am Essen trüben. Die Folge ist eine Unterversorgung mit Vitaminen, essenziellen Aminosäuren und Mineralstoffen, was die Menschen besonders anfällig für Krankheiten macht. Will man die sogenannte „Astronautenkost“ vermeiden (die besonders in Pflegeheimen oft die einzige Alternative ist) empfehlen Experten den Angehörigen, regelmäßig in den Kühlschrank zu schauen und auf ausreichende und ausgewogene Ernährung der Alten besonders zu achten.

**Seite 144** Mehrfachbelastung durch beruflichen Stress, Termindruck und Familie führen bei vielen Menschen zu Schlafstörungen. Klassische „Schlafmittel“ wie Hypnotika oder Tranquilizer haben ein hohes Gewöhnungspotential. Eine naturheilkundliche Alternative ist für viele eine sinnvolle Variante.

