

800

**Lachen ist gesund**

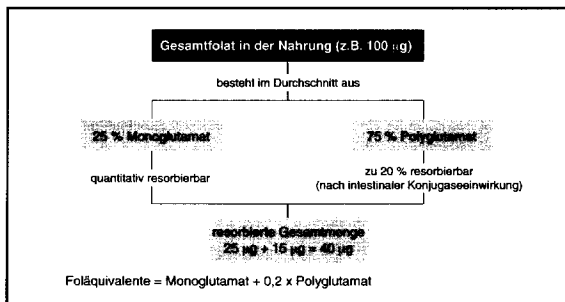
Dass Lachen gesund ist – daran dürfte eigentlich kein Zweifel mehr bestehen. Nur wie Lachen in der Praxis (therapeutisch) zum Einsatz gebracht werden kann – das ist eine Frage der Anschauung und der praktischen Erfahrung. Lachyoga beispielsweise ist eine probate Methode, dem Organismus positive Energie zuzuführen. Wie das geht und worauf es bei Lachyoga ankommt – darüber haben wir mit dem Dipl.-Psych. Eckard Katoll gesprochen.



804

**Wechselwirkungen zwischen oralen Kontrazeptiva und dem Vitaminstoffwechsel**

Östrogene und Gestagene wirken nicht nur bei der Steuerung der Fertilitätsprozesse, sie haben auch einen wesentlichen Anteil im Ablauf vieler anderer physiologischer Prozesse im Organismus. Deutlich wird dies durch eine Fülle veränderter laboranalytischer Parameter bei der Einnahme von Ovulationshemmern. Vitamine, Mineralstoffe und Spurenelemente als Coenzyme oder Katalysatoren sind maßgeblich an diesen physiologischen Prozessen beteiligt. Zahlreiche Nebenwirkungen von oralen Kontrazeptiva (OC) könnten daher direkte und indirekte Folgen östrogeninduzierter Vitamin- und Mineralstoffdefizite sein. Oder anders ausgedrückt: Ist daher eine Vitaminsubstitution während der Anwendung oraler Kontrazeptiva sinnvoll oder sogar notwendig? Mit dieser und anderen aktuellen Fragen befasst sich Jens Bielenberg in seiner Arbeit auf Seite 804.



**Praxis**

Stellungnahme der DÄGfA zu den Vor-Veröffentlichungen aus der GERAC-Studie **794**

Trinkwasser hilft beim Abnehmen **798**

Tattoos und Permanent Make-up sind nicht ohne Risiko **798**

Interview mit *E. Kattoll*:

Lachyoga – über die positiven Wirkungen des Lachens **800**

**Diskussions-Forum**

*R.-E. Willems, H. Heine*:

Gibt es einen gemeinsamen pathophysiologischen Hintergrund der Altersdemenzen? –

Vorläufige Mitteilungen **802**

**Originalarbeiten**

*J. Bielenberg*: Wechselwirkungen zwischen oralen Kontrazeptiva und Vitaminen  
Einfluss von Ovulationshemmern auf eine folgende Schwangerschaft im Hinblick auf die Kindesentwicklung – Teil I **804**

*G. Droß*: Die Behandlung der chronisch obstruktiven Lungenerkrankung mit der Neuraltherapie nach Huneke **817**

*M. Hadulla, O. Richter*: Sulphur – dem Materiellen verhaftet – das Göttliche suchend **822**

**Beilagenhinweis**

Diese Ausgabe enthält eine Beilage von GanzImmune, Labor für funktionelle Medizin AG, Mainz.  
Wir bitten um Beachtung.