

Länger und gesünder leben

9/2004
SEPTEMBER

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

Krankenkassen zu teuer

*Sehr geehrte Leserin!
Sehr geehrter Leser!*

Die deutschen Krankenkassen haben im Jahr 2003 8,3 Mrd. € allein für Verwaltungskosten ausgegeben. Das waren 2,3 % mehr als noch im Jahr davor. Ist das nicht unglaublich? Da werden uns Leistungen gestrichen, aber die Damen und Herren in den Chefetagen bedienen sich nach Herzenslust.

Dabei sind die Vorstände vieler gesetzlicher Krankenkassen nach Einschätzung von Experten meist glatte Fehlbesetzungen. Parteien, Gewerkschaften und Unternehmerverbände schieben nicht selten „wohlverdiente“ Mitglieder, für die gerade mal ein neuer Posten benötigt wird, in die Verwaltungen der Krankenkassen ab. Medizinischen Sachverstand sucht man auf diesen Ebenen meist vergebens.

Und an Posten mangelt es nicht. Denn hier zu Lande gibt es 280 verschiedene gesetzliche Kassen. Warum eigentlich? Das ist unnötig und teuer. Die Kassen sollten das Geld lieber für die Versicherten ausgeben! Aber die werden weiter geschröpft. Ab Januar 2005 müssen wir für Zahnersatzbehandlungen noch einmal einen Extrabeitrag zahlen. Auf Seite 4 erfahren Sie, was Sie dabei beachten sollten.

Wir brauchen mehr Medizin und weniger Verwaltung!

Ihr

Ulrich Fricke

Dr. Ulrich Fricke
(Chefredakteur)

Herz- und Gefäßkrankheiten

Diese 3 Risikofaktoren sind gefährlicher als Cholesterin

Viele Ärzte kümmern sich wenig um Homocystein, Lipoprotein a oder das C-reaktive Protein, obwohl erhöhte Blutwerte Herzinfarkt und Schlaganfall begünstigen

Manchmal scheint ein Herzinfarkt oder ein Schlaganfall wie aus heiterem Himmel zu kommen. Der Patient war überzeugter Nichtraucher und hat regelmäßig das Sportabzeichen gemacht. Auch der Arzt war mit den Blutdruck- und Cholesterinwerten immer zufrieden. Wie konnte das also passieren?

Solche Geschichten, von denen Sie sicherlich auch schon gehört haben, zeigen deutlich, dass es noch viel mehr Risikofaktoren für Gefäßkrankheiten gibt, als gemeinhin bekannt ist. Drei der bedeutendsten werden Sie in diesem Beitrag kennen lernen. Einer davon – das **Lipoprotein a** – ist sogar **zehnmal gefährlicher als Cholesterin**. Allerdings redet kaum jemand da-

rüber, möglicherweise weil es dagegen keine teuren Medikamente gibt, mit denen sich viel Geld verdienen lässt.

Die anderen Werte sind das **C-reaktive Protein** und das **Homocystein**. Zur Sicherheit sollten Sie diese Werte einmal bestimmen lassen. Wenn sie erhöht sind, erfahren Sie hier, mit welchen Vitalstoffen sich die Werte effektiv senken lassen. So können Sie Ihr Risiko für einen Herzinfarkt oder Schlaganfall „aus heiterem Himmel“ deutlich reduzieren.

Blutfette verstopfen die Gefäße

Lipoproteine sind Transportvehikel, mit denen Fette (Lipide) durch das Blut transportiert werden. Sie bestehen aus Eiweißen (Proteinen), die

In dieser Ausgabe

Herz- und Gefäßkrankheiten Diese 3 Risikofaktoren sind gefährlicher als Cholesterin	1
Private Kranken-Zusatzversicherungen Wo Sie jetzt die günstigsten Tarife bekommen	4
Spagyrik Sanft und ohne Nebenwirkungen: Schon Paracelsus nutzte die Heilkräfte der pflanzlichen Urtinkturen	5
Anti-Aging Länger jung und geistig fit – was bringt der Vitalstoff DMAE wirklich?	7
Schimmelpilzgifte Forscher schlagen Alarm: Viele Lebensmittel sind unsichtbar belastet	8
Silizium Ihr Schutzschild gegen Arteriosklerose und Knochenschwund	9
Aktuelles Herzinfarkt – Jede Minute zählt! • Fibromyalgie – Bakterien im Dünndarm als Auslöser? • Antioxidantien – Mehr Kraft und Beweglichkeit im Alter	11
Gebärmutterkrebs – Sojareiche Kost schützt • Muskelkater – Sauna ja – Massage nein! • Fettabsaugungen – Kein gesundheitlicher Nutzen • Thrombosen – Schutz auch durch alkoholfreies Bier.	12

ZS. A
5984
ZB MED