

Länger und gesünder leben

6/2005
JUNI

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

Behandlungsfehler

*Sehr geehrte Leserin!
Sehr geehrter Leser!*

Jährlich sterben in Deutschland 17.000 Krankenhauspatienten durch Behandlungsfehler. Diese erschreckende Zahl nennt nicht etwa eine Patientenorganisation, sondern – lobenswerter Weise – der ärztliche Direktor des Marburger Universitätsklinikums, Professor Matthias Schrappe. Allerdings ist das nur eine Schätzung, denn konkrete Zahlen werden hier zu Lande nicht erfasst. Kaum ein Arzt gäbe es auch freiwillig zu, wenn unter seiner Verantwortung beispielsweise ein Medikament verwechselt oder falsch dosiert wurde.

Ich will das den oft überlasteten, engagierten jungen Klinikärzten gar nicht zum Vorwurf machen. Wenn sie einen Fehler zugeben, riskieren sie immerhin ihre Karriere. Daher begrüße ich ausdrücklich, dass sich in Deutschland Mediziner zu einem „Aktionsbündnis Patientensicherheit“ zusammengeschlossen haben. Das Ziel: die Schaffung eines neuen Meldesystems, bei dem Klinikärzte und Schwestern ihre Fehler anonym melden können. Denn nur aus Fehlern, die bekannt sind, können auch andere lernen.

Ich bin überzeugt, dass Sie in unseren Krankenhäusern in der Regel gut aufgehoben sind. Dennoch sollten Sie alle Behandlungen kritisch hinterfragen. Denn auch Ärzte sind nicht unfehlbar.



Ihr

Ulrich Fricke

Dr. Ulrich Fricke
(Chefredakteur)

Zs A
5984
ZB MED

Medikamente

Wie Sie mit den Vitaminen C und E sowie Coenzym Q10 gefährliche Nebenwirkungen ausschalten

Jährlich sterben allein an Aspirin Tausende von Menschen – Vitalstoffe könnten Ihr Leben retten

Mit Medikamenten sollten Sie so sparsam umgehen wie möglich – ganz unabhängig davon, ob es sich um natürliche oder synthetische Präparate handelt. Es gibt jedoch einige Situationen, in denen Sie um ihren Einsatz nicht herumkommen. Beispielsweise sind Rheumapatienten häufig auf Schmerzmedikamente angewiesen. Und bei chronischen Entzündungen kann oft nur noch Kortison helfen.

Doch fast immer tragen starke Medikamente nicht nur zur Heilung bei, sondern sie haben auch unerwünschte Nebenwirkungen. Oft können Sie diese jedoch ganz gezielt mit frei verkäuflichen und preisgünstigen Vitaminen und Mineralstoffen lindern.

Lesen Sie hier, mit welchen Vitalstoffen Sie sich vor den Nebenwirkungen der gängigsten Medikamente wie Aspirin, Kortison oder Cholesterinsenkenern schützen können. Wichtig ist allerdings auch, dass Sie die wenigen Fälle kennen, in denen Vitalstoffe die gewünschte Medikamentenwirkung beeinträchtigen.

Mindestens 5.000 Deutsche sterben jährlich durch Schmerzmittel

Zu den häufig eingenommenen Medikamenten gehören Schmerzmittel mit dem Wirkstoff Acetylsalicylsäure (ASS, z. B. enthalten in Aspirin®). Diese Substanz hemmt sowohl

In dieser Ausgabe

Medikamente

Wie Sie mit den Vitaminen C und E sowie Coenzym Q10 gefährliche Nebenwirkungen ausschalten 1

Fingernägel

Was weiße Flecken, Rillen und Wölbungen über Ihre Gesundheit verraten 4

Insektenstiche

Warum Sie auf chemische Mückenschutzpräparate besser verzichten sollten 5

Schwindel

Wie Sie mit Ginkgo und Akupressur rasch wieder ins Gleichgewicht kommen 6

Fotobiologische Eigenblutbehandlung

Durchblutungsstörungen, Diabetes oder Migräne? UV-Licht aktiviert Ihre Selbstheilungskräfte 8

Speisesalz

Sind Meersalz und Himalaya-Salz wirklich gesünder? 9

AKTUELLES

Arzneimittel-Allergien – Seien Sie bei allen Präparaten vorsichtig • **Depressionen** – Hormon DHEA hebt die Stimmung • **Alzheimer-Krankheit** – Vitamin E aus der Nahrung schützt ... 11

Bergluft – Alm-Öhis leben länger • **Darmkrebs** – Kalzium senkt Ihr Risiko • **Potenzstörungen** – Carnitin genauso wirksam wie Testosteron • **Osteoporose** – Mit B-Vitaminen beugen Sie Knochenbrüchen vor 12