



Ernährung

Auch Gewürze und Kräuter unterliegen Modetrends.

Seite 10

INTERVIEW

Psychosomatische Intelligenz

Interview mit Univ.-Ass. Dr. Christian Fazekas, Graz

8

ERNÄHRUNG

Was essen wir morgen?

Mag. Hanni Rützler, Wien

10

ALLGEMEINE PFLEGE

Mundpflege

Anna Lehner, Münzkirchen

16

WUNDPFLEGE

Chronische Wunden

Gerhard Kammerlander et al., Embrach

18

PERSPEKTIVEN

Humor in der Pflege

Mag. Maria Gattringer, Steyregg

22

PANORAMA

4

IGK-VORARLBERG

26

IGK-KÄRTNEN

28

AKTUELL

30

PHARMANEWS

32

VERANSTALTUNGEN

39

IMPRESSUM

21

Genuss schulen

Als ein Indikator des Wohlstands gilt die ausreichende Verfügbarkeit von Nahrung – zumindest für den Großteil der Bevölkerung. Der Überfluss hat freilich auch negative Erscheinungen, die sich nicht zuletzt in den typischen Wohlstandserkrankungen zeigen: Diabetes, Herz-Kreislaufkrankungen, Magen-Darmerkrankungen, weil das Verdauungssystem das Überangebot an Nahrung nicht mehr richtig verarbeiten kann. Der Genuss, der sich durch die Auswahl aus der Fülle ergeben kann, macht häufig dem wahllosen Anfüllen Platz. Hanni Rützler, Ernährungswissenschaftlerin hat sich mit dem veränderten Erleben von Nahrung und den Konsequenzen auseinandergesetzt: Sie konstatiert eine „Verkümmerung der Genussfähigkeit“ und einen „schleichenden Verlust der sensorischen Kompetenz“, denen ein „wachsendes Bedürfnis nach sinnlichen Vergnügungen beim Essen und Trinken gegenüber“ steht. Und sie appelliert an die Schulung der Sinne, den bewussten Genuss, das Fein-Schmecken zu erhalten, denn dieses, so Rützler, unterscheidet den Menschen vom Tier. Die Auswahl und Verarbeitung der Nahrungsmittel, ebenso wie das Essen sind menschliche Kulturerrungenschaften, die auch entsprechend gewürdigt werden sollten – dann ließe sich auch das Paradox von Wohlstandserkrankungen überwinden

meint Ihre

VERENA KIENAST