

Länger und gesünder leben

10/2006

OKT

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren

Korruption in der Praxis

Liebe Leserin!
Lieber Leser!

Wenn Ihnen Ihr Arzt ein Medikament verordnet, dann sollte er von dessen guter Wirkung und Verträglichkeit überzeugt sein. Wenn Sie das glauben, muss ich Sie allerdings enttäuschen. Denn gemäß einer Befragung, die eine Unternehmensberatung aus dem Ruhrgebiet im August 2006 durchführte, haben manche Ärzte ganz andere Entscheidungskriterien, u. a. „die Mühe, die sich der Pharmaberater um den Arzt als Person macht“. Diese – immerhin ehrliche – Antwort schlägt doch dem Fass den Boden aus! Da erhalten Patienten ein unnötig teures und vielleicht sogar schlechtes Medikament, nur weil die Pharma-Vertreterin dem Herrn Doktor schöne Augen oder ein paar Geschenke macht!

Die Folge: Deutsche Pharma-Firmen geben pro Jahr mehr als 5 Milliarden Euro für Werbung und Marketing aus – aber weniger als ein Drittel davon für die Forschung. Das macht Medikamente unnötig teuer und verzögert die Entwicklung besserer Wirkstoffe. Ich kenne viele Ärzte, die diese Praktiken ebenso kritisch sehen wie ich – aber leider auch genauso viele, die das Spiel mitspielen. Daher ist es mir ein persönliches Anliegen, Ihnen mit Länger und gesünder leben weiterhin als unabhängiger Berater in Gesundheitsfragen zur Seite zu stehen.



Ihr

Ulrich Fricke

Dr. Ulrich Fricke
Chefredakteur

ZSA
5984
ZB MED

Vitaminmangel

Die schleichende Gefahr – schon leichte Defizite schaden Gefäßen und Gehirn

„Vitaminmangel ist in Deutschland kein Problem“, wiederholen Vertreter der Schulmedizin gebetsmühlenartig. Doch neue Untersuchungen belegen das Gegenteil: Schon geringe Vitalstoffdefizite können Herzinfarkt oder Krebs begünstigen. Ihrem persönlichen Risiko kommen Sie mit unserem Selbsttest auf die Spur. Um einen Mangel auszugleichen, sind Sie oft auf Vitalstoff-Spezialisten angewiesen – wir nennen Ihnen hier die richtigen Ansprechpartner.

Vor allem in den Wintermonaten ist es schwierig, sich ausreichend mit Vitaminen zu versorgen, denn das Angebot an frischem einheimischen Obst und Gemüse wird zunehmend knapper. Nur die wenigsten kommen dann noch auf 5 Portionen täglich, die für eine optimale Vitalstoffversorgung notwendig sind. Andererseits ist Ihr Immunsystem gerade dann auf die wichtigen Vitalstoffe angewiesen, wenn es draußen nass und feucht wird.

Ein schleichender Vitaminmangel kann Herzinfarkt und Krebs begünstigen

Doch gibt es denn in Deutschland tatsächlich noch einen Mangel an Vitaminen? Eigentlich leben wir doch in einer Überflussesgesellschaft mit einem Überangebot an Lebensmitteln. Tatsächlich sind die Zeiten typischer Vitaminmangel-Symptome in Deutschland endgültig vorbei. Hier leidet niemand mehr an Skorbut (Vi-

In dieser Ausgabe

| | | | |
|--|---|---|----|
| Vitaminmangel Die schleichende Gefahr – schon leichte Defizite schaden Gefäßen und Gehirn | 1 | Klinische Studien Werden Sie nicht zum Versuchskaninchen – wann sich eine Teilnahme lohnt | 10 |
| Traubenkur Natürliche Antioxidantien für Ihre Abwehrkräfte und ein starkes Herz . . . | 4 | AKTUELLES Zahnersatz – Brauchen Sie wirklich eine Zusatzversicherung? • Makuladegeneration – Fisch senkt Ihr Risiko • Fibromyalgie – Studie belegt: Akupunktur hilft | 11 |
| Arthrose So besiegen Sie den Schmerz mit Vitalstoffen, Akupunktur und Heilpflanzen | 5 | Depressionen – Medikamente können Diabetes auslösen • Durchblutungsstörungen – OPC erweitert die Gefäße • Schlafstörungen – Psychotherapie besser als Pillen • Herzinfarkt – Schutz durch die tägliche Tasse Kaffee | |
| Mumijo Vorsicht, Bauernfängerei: Die asiatische „Heilerde“ ist nichts als teurer Sand | 7 | | |
| Sport und Bewegung Ihr Motivations-Tagebuch: Wie Sie Ihren „inneren Schweinehund“ überwinden | 8 | | |