

■ ZERTIFIZIERTE FORTBILDUNG

39 Osteoporoseprophylaxe und -therapie bei prämenopausalen Frauen



■ DIABETES IN DER PRAXIS

45 Diabetes im Fokus: Erektile Dysfunktion bei Diabetes
„Geht nicht“ muss nicht schicksalhaft hingenommen werden

■ MEDIZIN-JOURNAL

48 Schmerzchronifizierung: Problemkreis Schmerz – Angst – Depression

■ AKTUELLE UMFRAGE

52 Bundesligaärzte setzen auf Naturheilkunde
Komplexhomöopathie – bei Fußballern besonders beliebt

■ PHARMA-REPORT

56 Im Fokus: Methanethelinumbromid
Ausgewählte Therapieformen der Hyperhidrose im Vergleich

57 Oxycodon/Naloxon bei chronischen Arthroseschmerzen
Umstellung verbessert Lebensqualität

58 Homocystein und B-Vitamine bei Herz-Kreislauf-Erkrankungen
World Congress on Hyperhomocysteinemia

61 Modernes Osteoporose-Management
Hohe Wirksamkeit und Wirtschaftlichkeit sind unerlässlich

62 Forum Psoriasis – Teil 2:
Studie zeigt: schnelle und nachhaltige Psoriasis-Therapie ist möglich

64 Verträgliche Migränetherapie
Beurteilung von Frovatriptan anhand klinischer Studien, Erfahrungen am Patienten und pharmakologischer Daten

■ PHARMA-News Seite 68

■ LEBENSART

75 Die tägliche Portion Blau
Köstliche Rezepte mit wilden Blaubeeren

77 „Singular i Universal“ – Selbstbewusstes Katalonien präsentiert sich auf der Frankfurter Buchmesse

80 Kreuz & Quer. Hägar/Impressum

Reingeschmökert

Andrea Barham: Vom Klugschreiber zum Besserwisser



LEBENSART

Spätsommer ist Blau-beerzeit: Blaubeeren sind aus gutem Grund eine beliebte Beersorte. Sie lassen sich sowohl frisch verzehren als auch in der Küche verwerten. Die Früchte enthalten sehr viel Karotin, Vitamin B6, Magnesium sowie Vitamin C. Wenn frische Früchte gerade keine Saison haben, kann man einfach auf Tiefkühlware oder Konserven zurückgreifen. In Kanadas Atlantikstaaten und Maine, USA, hat man sich darauf spezialisiert, die aromatischen Früchtchen sofort nach der Ernte schonend tiefzufrieren. Ob frisch oder tiefgefroren – wir geben Ihnen Tipps, wie Sie mit wenig Aufwand köstliche Blaubeerspezialitäten zaubern!

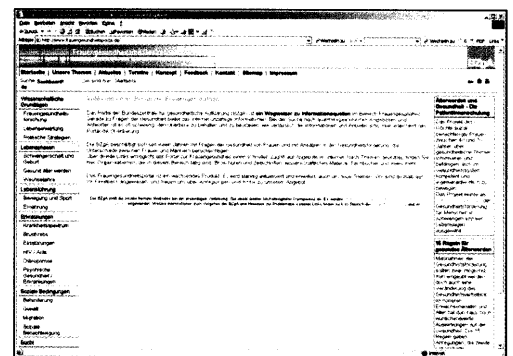


Seite 75

SITE DES MONATS

www.frauengesundheitsportal.de

Das Internetportal der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (BZgA) enthält aktuelle und abgesicherte Informationen für Frauen in der Lebensmitte, z.B. zur Bedeutung von Vorsorge- und Früherkennung, zu Fragen der gesunden Ernährung, zum Thema psychische Erkrankungen, zu den



verschiedenen Aspekten der Wechseljahre sowie zu den Möglichkeiten der Gesundheitsförderung und Prävention ab dem mittleren Lebensalter. Eine übersichtliche Wegweiser-Struktur führt Interessierte zu den verschiedenen Themen. Hier sind seriöse Daten, Materialien und Broschüren sowie Organisationen abrufbar, in der Regel über direkte Links oder Download-Möglichkeit.

Eine besondere Bedeutung für Prävention und Gesundheitsförderung im mittleren Lebensalter haben Sport und Bewegungsaktivitäten. Das Frauengesundheitsportal bietet hier zahlreiche Links und Informationen zu geeigneten Sport- und Bewegungsangeboten im Freizeit- und Breitensportsektor, z. B. Tipps zur optimalen sportlichen Belastung für Einsteigerinnen oder auch Bewegungsmöglichkeiten bei bestehenden Vorerkrankungen.