

Gratis-Computerschutz

Wir haben uns so sehr daran gewöhnt, den Computer als selbstverständliches Hilfsmittel zu verwenden, dass wir nur allzu leicht vergessen, dass dieses Instrument – besonders über das Internet – immer wieder neuen Gefahren ausgesetzt ist. Deshalb ist dieser «Internet Corner» wieder einmal der Sicherheit beim Umgang mit dem Internet gewidmet.

Dass jeder Computer durch eine sogen. *Firewall* geschützt sein soll, haben wir schon wiederholt unterstrichen. Heute muss aber nicht nur verhindert werden, dass Angriffe von aussen in den Computer gelangen. Wichtig ist auch, dass schädliche Software, die sich eventuell im Computer eingenistet hat, nicht mit der Aussenwelt kommunizieren kann, um den Hackern Daten auszuliefern. Es gibt viele Firewall-Programme; nach den Untersuchungen der deutschen Zeitschrift «Chip» ist die Comodo Firewall Pro das beste Gratisprogramm (<http://www.comodo.com>). Gemäss den Angaben der Hersteller schützt Comodo gegen Hacker, Spyware, Trojaner und Identitätsdiebstahl. Firewall-Programme wie Comodo richten sich in der Regel automatisch ein – sie erfordern primär keinen Eingriff unsererseits.

Obwohl uns heute viele Provider weitgehend gegen Viren abschirmen und sich durch vorsichtigen Umgang mit E-Mails weiteres Unheil vermeiden lässt, empfiehlt sich nach wie vor, auch ein *Virenschutzprogramm* zu verwenden. Es gibt

Gebrauch) kostenlos erhältlich sind und nicht notwendigerweise schlechter schützen als die gekauften Programme. Erwähnenswert sind AVG Free Antivirus (<http://free.avg.com>), Avira AntiVir Personal (<http://www.free-av.de/>) und ClamWin Antivirus (<http://www.clamwin.com>). Das letztere Programm ist ein echtes «Open Source»-Programm, das sich zur Virenprüfung des Computers eignet, jedoch keinen automatischen, sogen. «real time»-Scanner hat – man muss daher selbst aktiv nach Viren suchen. AVG und Avira sind auch als Kaufprogramme, mit zusätzlichen Funktionen, erhältlich. Grundsätzlich kann man jedoch annehmen, dass man mit der Kombination eines der Gratis-Virenschutzprogramme und der Firewall Comodo sehr zuverlässig gegen Schädigungen geschützt ist.

Schliesslich ist noch einmal darauf hinzuweisen, dass sowohl das Betriebssystem als auch Browser und Programme wie Adobe Reader oder Skype *immer auf dem aktuellen Stand* gehalten werden sollten. Dies geschieht am einfachsten, indem man sowohl Windows als auch den Programmen erlaubt, «automatisch» Updates aus dem Internet zu holen. Gelegentlich kommt es vor, dass solche Updates vorübergehend Probleme verursachen – dass z.B. ein Programm nicht mehr korrekt läuft. Es ist dennoch sinnvoll, die Updates zu installieren, da die Gefahr zu gross ist, dass der Computer via Schlupflöcher angegriffen wird. Auch andere Betriebssysteme (Apple und Linux) haben eine analoge Funktionalität, werden allerdings seltener als Windows angegriffen.

Etzel Gysling

infomed-screen

September/Oktober 2008 – Jahrgang 12 / Nummer 5

Hormonersatztherapie und Thromboserisiko – Bei oralen Präparaten ist das Risiko sicher erhöht, bei transdermalen steht das Urteil aus – **Seite 33**

Steroide zur Verhinderung von Migränerezidiven: **Seite 33**

Ist eine aggressive Blutzuckersenkung gefährlich? – Zwei grosse Studien kommen zu unterschiedlichen Ergebnissen – **Seite 34**

Luftverschmutzung und tiefe Venenthrombose: **Seite 34**

Beschwerden nach Verstauchung des Sprunggelenks dauern oft lange – Auch nach 3 Jahren sind erst 85% der Betroffenen völlig beschwerdefrei – **Seite 35**

Rhythmus- oder Frequenzkontrolle bei Vorhofflimmern mit Herzinsuffizienz? **Seite 35**

Wein könnte Frauen vor Demenz schützen: **Seite 36**

Medikamente zur Verbesserung von Demenzsymptomen – Leicht bessere Resultate bei kognitiven Tests, aber Nutzen bei klinischen Endpunkten weiterhin unklar – **Seite 36**

Orale Kortikosteroide bei akuter Gicht: **Seite 36**

Carbocistein verhindert Exazerbationen bei COPD – Das Mukolytikum vermag Exazerbationen zu verhindern und die Lebensqualität zu verbessern – **Seite 37**

Schwierige Kommunikation bei Übergewicht: **Seite 38**

Neue Diagnosekriterien für Myokardinfarkt gerechtfertigt? **Seite 38**

Body Piercings: häufig nicht ganz harmlos: **Seite 38**

Diabetesstudien häufig ohne klinisch relevante Endpunkte: **Seite 38**

screen-telegramm: **Seite 39**

ISSN 1422-0059

Eine pharma-kritik-Publikation

Koordination und Redaktion dieser Nummer:
Markus Battaglia, Peter Jüni und Alexandra Röllin

Weitere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter:
Sabin Allemann, Nicole Bender, Eva Blozik, Julia Bohlius, Erik von Elm, Martin Feller, Jan Gysi, Anke Huss, Stephan Reichenbach, Andreas Schönenberger, Rebekka Sterchi

Infomed-Verlags-AG, Bergliweg 17, CH-9500 Wil
Telefon 071-910-0866 – Telefax 071-910-0877

e-mail: sekretariat@infomed.ch

Layout und Internet: Verena Gysling

Preis des Jahresabonnements (6 Ausgaben): Fr. 61.-/ € 39.-

Druck & Versand: Schwabe AG Muttenz

Alle Rechte vorbehalten; Vervielfältigung oder Speicherung, auch auf optischen und elektronischen Medien, nur mit Bewilligung des Verlags.

Copyright ©2008 by Infomed Wil