

Länger und gesünder leben

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren



3/2009

MARZ

Dicker Pharmasieg

Liebe Leserin!
Lieber Leser!

Wieder einmal hat die Pharmalobby eine Schlacht gewonnen: Die europäische Arzneimittelagentur hat die erste „Pille gegen Übergewicht“ aus der Rezeptpflicht entlassen. Nun darf sich jeder, der glaubt, er habe ein paar Pfunde zu viel auf den Rippen, den Wirkstoff Orlistat auf eigene Faust besorgen. Für mich eine höchst fahrlässige Entscheidung!

Denn das Medikament, das die Fettaufnahme im Darm um 30 % reduziert, kann die Versorgung mit fettlöslichen Vitaminen behindern. Darüber hinaus ging in den meisten unabhängigen Studien das Gewicht nach dem Absetzen wieder steil nach oben. Kein Wunder: Wer wirklich abspecken will, der braucht keine Pille, sondern den eisernen Willen, Kalorien einzusparen und sich regelmäßig zu bewegen. Ohne diese Maßnahmen hat übrigens auch Orlistat kaum einen Effekt. Da frage ich mich: Wieso sollten Sie dann überhaupt die teure Fett-Weg-Pille kaufen? Sparen Sie lieber gleich beim Essen die 30 % Fett ein, deren Aufnahme Orlistat verhindern würde.

Leider werden schlecht aufgeklärte Verbraucher der Pharmaindustrie mal wieder auf den Leim gehen. Und die Zulassungsbehörde leistet der Pillengläubigkeit unnötigen Vorschub. Skandalös und unverständlich, denn sie sollte die Interessen der Bürger vertreten – nicht diejenigen der Pillendreher.

Ihr

Ulrich Fricke

Dr. Ulrich Fricke
Chefredakteur

25. A
5384
ZB MED

Pollenallergie

Natürliche Mittel gegen Niesattacken: Eigenblut, Luffa und Darmsanierung

Wenn die ersten warmen Sonnenstrahlen durchbrechen, beginnt für manche Menschen der wahre Horror: Heuschnupfen. Immer mehr sind betroffen, auch weil sich die Pollensaison in den letzten 30 Jahren um zehn Tage verlängert hat. Wir haben Ihnen die besten Hilfen aus der Naturmedizin zusammengestellt: eine Spezial-Eigenblutbehandlung, homöopathische Medikamente und Bakterienpräparate, die Ihre geschwächte Darmflora unterstützen.

Etwa 40 % der Deutschen leiden unter einer Allergie – die meisten unter Heuschnupfen (Pollenallergie). Und selbst wenn Sie als Erwachsener lange Jahre unbehelligt durch den Frühling und Sommer gekommen sind, können Sie im „reiferen Alter“ immer noch daran erkranken.

Bei einer Allergie reagiert Ihr Immunsystem auf im Grunde harmlose Substanzen wie Blütenpollen, Katzenhaare, Hausstaub oder Nahrungs-

bestandteile. Es verwechselt diese „Allergene“ mit Krankheitserregern, und das setzt eine ganze Kaskade von Immunreaktionen in Gang. Beim Heuschnupfen werden dadurch zum Beispiel die so genannten Mastzellen – das sind spezielle Immunzellen in den Schleimhäuten – in Nase und Auge aktiviert. Diese schütten dann u. a. den Botenstoff Histamin aus, der für die typischen Allergiesymptome sorgt.

In dieser Ausgabe

Pollenallergie

Natürliche Mittel gegen Niesattacken: Eigenblut, Luffa und Darmsanierung 1

Übergewicht

Können Ihre Medikamente Schuld an überflüssigen Pfunden sein? 4

Molybdän und Chrom

Diese Spurenelemente schützen Sie vor Stoffwechselfgiften und Diabetes 5

Zeckenstiche

Neuer Schnelltest zeigt an, ob Sie borreliosegefährdet sind. 7

Lasertherapie

Vorsicht, Kurpfuscher: Wann Ihnen Hautschäden und Verbrennungen drohen 8

Biosiegel

Welchen Lebensmittel-Anbietern Sie wirklich vertrauen können. 9

AKTUELLES

Herzerkrankungen – Selen schützt vor freien Radikalen • **Mittelmeerkost** – Mit Olivenöl und Nüssen bekämpfen Sie Diabetes • **Alzheimer** – Psychopharmaka verkürzen das Leben ... 11

Krebs – B-Vitamine senken Ihr Risiko • **Harnwegsinfekte** – Pflanzenpräparat verhindert Wiederaufflackern • **Versandapothecken** – Neues Gütesiegel schafft Vertrauen • **Tollwutschutz** – Denken Sie rechtzeitig an die Impfung 12