

# Länger und gesünder leben

Vorbeugen und heilen mit Vitaminen, Naturheilmitteln und neuesten Therapieverfahren



7/2010  
JULI

## Apotheker bestechen Ärzte

Liebe Leserin!  
Lieber Leser!

Kennen Sie das? Ihr Arzt rät Ihnen zu einem Medikament und erwähnt mehr oder weniger beiläufig, es am besten gleich in der Apotheke zu besorgen, die sich direkt unter den Praxisräumen befindet. Doch was die wenigsten ahnen: Oft zahlt der Apotheker im Haus dem Arzt für seine „beiläufigen“ Empfehlungen ein üppiges Bestechungsgeld. Diese schmutzige, aber offenbar gängige Praxis wurde jetzt während eines Gerichtsverfahrens in Braunschweig offensichtlich. Dort übernahm der Apotheker für den sicherlich nicht gerade Not leidenden Arzt im Obergeschoss die Kosten seiner Praxisrenovierung von über 90.000 €. Und obendrein zahlte er ihm auch noch monatlich satte 2.000 € als „Mietkostenzuschuss“.

Das ist schier unglaublich! Die Summen, die dort von einem Weißkittel zum anderen wandern, stammen überwiegend aus Ihren Krankenkassenbeiträgen, für die Sie hart geschuftet haben. Und diese Herren betrachten unser Gesundheitssystem trotz knappster Kassen weiterhin als Selbstbedienungsladen.

Vielleicht überlegen Sie beim nächsten Mal, wo Sie Ihr Medikament kaufen. Eventuell ist es ja in einer anderen Apotheke Ihrer Stadt oder bei einer Versandapotheke sogar billiger zu haben.



Ihr

Ulrich Fricke

Dr. Ulrich Fricke  
Chefredakteur

35A  
5984  
ZB MED

## Grüner Star

### Akupunktur, Vitalstoffe und Entspannung senken Ihr Risiko

Beim Grünen Star (Glaukom) sterben die Fasern des Sehnervs langsam ab – langfristig droht das Erblinden. Jahrelang galt ein erhöhter Augeninnendruck als die einzige Ursache. Doch mittlerweile ist bewiesen: In jedem zweiten Fall haben die Patienten völlig normale Druckwerte. Lesen Sie hier, auf welche anderen, bisher wenig berücksichtigten Risikofaktoren Sie deshalb achten müssen und wie Sie die Therapie mit sanften Naturheilverfahren unterstützen.

Wir Menschen sind „Augentiere“. Zeitung lesen, Auto fahren, Einkaufen – ohne ein gutes Sehvermögen sind fast alle Alltagsaktivitäten schwierig zu bewältigen. 40 % aller Nervenfasern, die das Gehirn mit Informationen versorgen, stammen aus den Augen. Sie sind in den beiden Sehnerven gebündelt (siehe Abbildung auf Seite 2). Und genau diese wichtigen Leitungsbahnen sind durch den Grünen Star (Glaukom) bedroht.

In Deutschland ist fast 1 Million Menschen von dieser Augenerkrankung betroffen (etwa 8 Millionen haben ein erhöhtes Risiko). Doch was besonders erschreckend ist: Die Hälfte aller Glaukom-Patienten weiß nichts von ihrer Erkrankung, da sie am Anfang unbemerkt verläuft.

Nach Netzhautschäden durch Diabetes ist der Grüne Star in der westlichen Welt die zweithäufigste Erblindungsursache. Jeder fünfte Blinde hat sein Augenlicht dadurch verloren. Nicht

## In dieser Ausgabe

<b>Grüner Star</b> Akupunktur, Vitalstoffe und Entspannung senken Ihr Risiko . . . . . 1	<b>Fluor</b> Wichtig für Ihre Zähne – doch die Grenzwerte sollten Sie keinesfalls überschreiten . . . . . 9
<b>Gefahren aus der Biotonne</b> Achtung, Schimmel: So wird Ihr Bioabfall nicht zum Gesundheitsrisiko! . . . . . 4	<b>AKTUELLES</b>
<b>Elektrotherapie</b> Mit sanften Stromimpulsen gegen schmerzende Gelenke und Muskeln . . . . . 5	<b>Chronische Darmentzündungen – Aspirin-Wirkstoff unter Verdacht</b> • <b>Leberschäden</b> – Vitamin E verhindert den Zelltod • <b>Selen</b> – Das Spurenelement schützt Sie vor Diabetes . . . . . 11
<b>Krampfadern</b> Neue und schonende OP: Die Vene wird repariert statt einfach nur stillgelegt . . . . . 7	<b>Schlaganfall</b> – Überaktive Schilddrüse kann der Auslöser sein • <b>Alzheimer</b> – Salat, Fisch und Geflügel halten Sie geistig fit • <b>Vitamin K</b> – Anti-Krebs-Wirkung in Studie belegt • <b>Stimmungsschwankungen</b> – Freizeit im Grünen wirkt ausgleichend . . . . . 12
<b>Kunstlebensmittel</b> Täuschung im Supermarkt: So erkennen Sie Analog-Käse und gepanshtes Eis . . . . . 8	