

# ÄRZTLICHE PRAXIS

Dienstag, 10. Oktober 2000 • 52. Jahrgang, Nr. 81

Zweimal pro Woche für den Hausarzt

## PRAXIS AKTUELL

## TÄGLICHE PRAXIS

## PRAXIS & WIRTSCHAFT

### Gewonnen mit benefit ...

... haben zehn Leser/Leserinnen – und die Redaktion. Was bei der großen Umfrage in ÄP Nr. 74 herauskam ▶ 3

### Phyto-Spreu & Phyto-Weizen

Rationale Phytotherapie hat nichts mit alternativer Medizin zu tun. Was macht den Unterschied? ▶ 16

### Faule Gutachten

Um die Unabhängigkeit von Gutachtern ist es oft nicht zum besten bestellt. Reformen sind überfällig ▶ 35



Rückenschmerzen – häufige Folge verspannter Sitzhaltung vor dem PC.

Foto: Schulz

## Zehn gesunde Computer-Tips

MÜNCHEN (nd) – Im Computer schlummern Segen und Fluch zugleich. Einerseits erleichtert er die Arbeit. Zum andern kann er Handgelenke verkrüppeln, Kreuzschmerzen ins Unerträgliche steigern und den Augen irreversible Schäden zufügen. ÄP sagt Ihnen, wie Sie sich, Ihre Helferinnen und Ihre Patienten schützen.

Gesundes Arbeiten am Computer folgt zehn goldenen Regeln: Dazu gehören beispielsweise der richtige Bildschirm

und das ergonomische Keyboard. Denn was der Schirm für die Augen, ist die Tastatur für die Gelenke. Doch auch mit optimalen Arbeitstechniken sollten Sie Ihren Augen und Fingern Entlastung verschaffen. Schauen Sie in einen andere Richtung – weg vom Bildschirm –; wenn das Telefon klingelt. So segensreich wie simpel sind wohlthuende Massagen Ihrer Handgelenke, wofür arbeitstäglich eine Minute völlig ausreicht ▶ 34



## Sechs Tests kreisen Schwindel ein

KÖLN (bs) – Im Zuge der Basisdiagnostik von Schwindelzuständen darf der Patient ruhig mit dem Finger auf seinen Arzt zeigen. Der sogenannte Finger-Positionsversuch zählt zu den sechs einfachen Tests, mit denen sich

die Ursache für Vertigo einkreisen lässt. An technischem Rüstzeug genügen Stethoskop, Blutdruck-Manschette, EKG-Gerät, Ohrenspiegel und Stimmgabel. Wie die Tests im einzelnen ablaufen, was sie aussagen ▶ 9

## Neue Killer-Streptos

BRAUNSCHWEIG – nicht „ohne“. Auch sie