

RATGEBER



Silvio Tribelhorn
Homöopath aus Mauren

Ohnmächtig

Am häufigsten ereilt die Ohnmacht Menschen mit schwachem Kreislauf, aber auch als Folge von Auslösungen verschiedenster Art wie Erschöpfung, Überanstrengung, Vergiftung, Hitze, Schwüle, Menschenansammlungen (Kirche, Openair, Fürstenfest) usw. Schwindel jeden Grades, Flimmern und Schwarzwerden vor den Augen, das Gefühl, als sacke alles ab, als gehe man wie auf Wolken, sind übliche, aber nicht notwendige Begleiterscheinungen.

Was ist zu tun?

Nach dem Sie den Ohnmächtigen flach auf den Rücken gelegt und die Beine möglichst hochgelagert haben, um die Blutzufuhr zum Gehirn zu gewährleisten (nicht den Oberkörper hochlagern, wie man es leider oft beobachten kann), können Sie sofort eines der folgenden homöopathischen Mittel anwenden. (Auch einem Ohnmächtigen kann man ein homöopathisches Mittel verabreichen. Bedenken Sie, dass hier das richtige Mittel wirkt und nicht der Glaube daran!)

Eine Art von Kreislaufgeschehen beginnt mit Ohrensausen und Schweiss an Händen und Füssen. Das ganze Gesicht ist eingefallen, blass-bläulich, wächsern, der Kopf ist schwer wie Blei. Der Ohnmächtige friert, verträgt warmes Einhüllen, aber keinen überheizten Raum, keine Schwüle und möchte kühle Luft zugefächelt bekommen. Er hört alles und reagiert auf nichts! Ein wichtiger Merkspruch für die Umstehenden: Wie oft sprechen wir Unüberlegtes am Bett eines Sterbenden. Wie entsetzlich muss es für ihn sein, alles zu hören und nicht reagieren zu können. Geben Sie Carbo Vegetabilis 1 Gabe einmalig, und wiederholen Sie diese bedarfsweise. Bei solcher Störung liegen meist Stoffwechselerkrankungen mit Oberbauchbeschwerden zugrunde.

Eine Steigerung dieser Erscheinungen, jedoch mit krampfartiger Übelkeit im Oberbauch mit kaltem, klebrigem Schweiss über dem ganzen Körper, mit blassem Gesicht und blauer, kalter Nasenspitze, verlangt nach Tabacum. Eine weitere Steigerung der Erscheinungen, jedoch mit Übelkeit zum Sterben, mit Totenelendigkeit, den Tod ins leichenbasse Gesicht geschrieben, mit heftiger Unruhe, hektischer Angst, verlangt nach Arsenicum Album. Wärme in jeder Weise bei geschlossenem Fenster beruhigt den innerlichen, zitterigen Frost des Ohnmächtigen und Vergehenden. Mit diesen Arzneien haben Sie eine Chance, dort bereits hilfreich einzugreifen, wo Sie auf die Hilfe des «Systems» warten, auf den Notfallarzt.

www.naturheilpraxis.li

KNEIPSCHE GEDANKEN

Kalte Quarkauflage

«Ich kenne kein Mittel, welches Hitze mehr an- und auszuziehen imstande ist. Die stärksten Hitzten habe ich so dämmen und ganz auslöschen sehen, wenn man täglich zwei- bis viermal, je nach Grad der Hitze, so ein Pflaster auflegt. Es ist fast ungläublich, wie rasch der aufgelegte Quark die Hitze erfasst, den Schmerz nimmt und seine Lage auffallend erleichtert. Die Heilwirkung wird von der im Quark enthaltenen Butter- und Milchsäure günstig beeinflusst.»
Pfarrer Sebastian Kneipp, 1821 bis 1897

Innovative Heilkunde

Dauerhafte Augenkorrektur mittels refraktiver Chirurgie

BUCHS – Am weitesten verbreitet ist die Korrektur einer Sehschwäche mit einer Brille. Auch Kontaktlinsen werden immer mehr getragen. Seit einigen Jahren kann auch durch einen refraktiv-chirurgischen Eingriff eine entscheidende Verbesserung der Sehschärfe und damit auch der Lebensqualität ermöglicht werden.

Brillen und Kontaktlinsen gleichen eine Fehlsichtigkeit vorübergehend aus, indem sie die Brechkraft des Auges durch Vorschalten des entsprechenden Korrekturwertes verringern oder erhöhen. Die refraktive Chirurgie bewirkt im Gegensatz hierzu eine dauerhafte Korrektur der Fehlsichtigkeit, indem sie die Brechkraft des Auges um einen bestimmten Betrag verändert.

«Refraktive Chirurgie» stellt den Oberbegriff für alle Operationen dar, die die Brechkraft des Auges ändern und damit eine Fehlsichtigkeit ausgleichen.

Änderung der Hornhaut oder neue Linse

Die refraktive Chirurgie verbessert die Sehkraft, indem sie die Form der Hornhaut ändert oder durch Einsetzen einer neuen bzw. zusätzlichen Kunststofflinse (ICL-, Artisan-Linsenimplantate), den jeweiligen Sehfehler korrigiert.

Zur Behebung der Kurzsichtigkeit wird die Krümmung der Hornhaut verringert, d.h. die Linse wird abgeflacht. Auf diese Weise wird die Brechkraft des Auges reduziert. Bei der Behandlung von Weitsichtigkeit passiert genau das Gegenteil: Die Krümmung der Hornhaut wird erhöht, um die Brechkraft des Auges zu steigern.

Ob jemand für eine Operation in Frage kommt und welche Methode am besten geeignet ist, muss mit dem Augenarzt abgeklärt werden.

Operation für wen?

Der Excimer Laser kann zwischenzeitlich in allen Bereichen der Fehlsichtigkeit eingesetzt werden, um die Fehlsichtigkeit zumindest so zu vermindern, dass nach der Behandlung nur noch sehr viel schwächere Korrekturgläser notwendig sind. Für Patienten mit Kurzsichtigkeiten im Bereich von Minus 7 bis Minus 10 Dioptrien



Durch einen refraktiv-chirurgischen Eingriff kann die Sehschärfe entscheidend verbessert werden.

oder mehr, ist das Ziel eine Verbesserung der Fehlsichtigkeit. Die Chance auf ein Leben ohne Brille ist bei Kurzsichtigkeiten zwischen Minus 2 und Minus 6 Dioptrien besonders gross: Bei Kurzsichtigkeiten unter Minus 2 Dioptrien sollten besondere Gründe ausschlaggebend bei der Entscheidung zur Operation sein, sei es eine Brillen- und Kontaktlinsen-Unverträglichkeit, berufliche Gründe, die gegen das Tragen von Brillen oder Kontaktlinsen sprechen oder seelische Beeinträchtigung.

Mit Augenarzt besprechen

Um Überraschungen zu vermeiden, sollten in jedem Fall folgende Punkte mit einem Augenarzt besprochen werden:

- Refraktiv-chirurgische Eingriffe sind Eingriffe am Auge mit dem alleinigen Ziel, die Brechkraft des Auges möglichst gut einem gewünschten Wert anzunähern.
- Es wird nicht die Ursache der Fehlsichtigkeit behandelt, sondern das Symptom.
- Ein Fortschreiten der Grunderkrankung kann nicht verhindert werden.
- Eine Operation kommt nur bei einer stabilen Fehlsichtigkeit in Frage.
- Trotz hoher Genauigkeit kann keine Gewähr dafür übernommen werden, dass die Brille oder Kontaktlinse vollständig überflüssig wird.

• Möglicherweise kann eine erneute Operation notwendig werden, um das gewünschte Ergebnis zu erreichen.

• Das Sehvermögen ohne Brille oder Kontaktlinse wird durch die Operation deutlich besser. Die bestmögliche Sehschärfe mit Brille oder Kontaktlinse kann nach dem Eingriff jedoch mitunter schlechter werden.

• Die meisten der beschriebenen Operationen erzeugen am Auge dauerhafte und damit, im positiven wie negativen Sinne, unumkehrbare Veränderungen. Einmal eingetretene Nebenwirkungen und Komplikationen können folglich, wenn sie auch selten sind, im Extremfall nicht mehr behoben werden.

• Die Operation ersetzt nicht die Lesebrille, die etwa ab dem 40. Lebensjahr durch die nachlassende Verformbarkeit der Augenlinse auftritt.

• Die bisherigen Ergebnisse lassen eine Langzeitstabilität der Behandlungen vermuten. Ein sicheres Wissen darüber besteht aber zum heutigen Zeitpunkt nicht.

• Die anfallenden Behandlungskosten werden, wenn nicht eine triftige medizinische Indikation besteht, von den Krankenkassen nicht übernommen. (PD)

Weitere Infos zum Thema erhalten Sie bei Federer Augenoptik in Buchs.

Hautkrebs bei unter 40-Jährigen

Weisser Hautkrebs tritt vermehrt bei unter 40-Jährigen auf

ROCHESTER – Experten der Mayo-Klinik in Minnesota haben entdeckt, dass Hautkrebs bei den unter 40-Jährigen stark im Steigen ist. Besonders die beiden Formen des Nicht-Melanom-bildenden-Krebses, der so genannte weisse Hautkrebs, sind extrem angestiegen.

An den beiden Krebsarten erkrankten bisher meist nur Personen über 50. Die Experten machen die Zerstörung der Ozonschicht sowie verändertes Verhalten beim Sonnenbaden dafür verantwortlich, berichtet BBC-online. Ähnliche Prognosen stellten die Fachleute auch für Europa.

Weisser Hautkrebs tritt vor allem bei älteren Menschen auf. Dabei wird das Basaliom oder Basalzellkarzinom vom Spinaliom oder Plattenepithelkarzinom unterschieden. Da beide Arten hauptsächlich durch UV-Licht ausgelöst werden, bilden sie sich oft im Gesicht. Diese beiden Arten von Hautkrebs

werden meist operiert und bilden so gut wie nie oder zumindest sehr selten Metastasen. Sie können aber lokal das umgebende Gewebe zerstören, so dass bei grossen Tumoren die Operation schwierig ist. Beide Arten wachsen nur langsam.

Hoher Schutzfaktor

Das US-Forscherteam hat im Journal of the American Medical Association festgestellt, dass die Inzidenzrate beim Basaliom von 18,2 pro 100 000 auf 29,1 im Vergleichszeitraum 1976 bis 1979 und 2000 bis 2003 gestiegen ist. Beim Spinaliom stieg sie sogar von 0,9 auf 4,1 pro 100 000. Das Team um Leslie Christenson warnt auch jüngere Menschen davor, sich zu lange dem Sonnenlicht auszusetzen. «Da bisher nur Patienten über 50 betroffen waren, wurde den beiden Erkrankungen keine Aufmerksamkeit bei Jüngeren geschenkt», so der Experte. Zu ähnlichen Ergebnissen kommt auch die britische Forschere-



Es gibt Menschen, die es noch nicht begriffen haben: Zu lange an der Sonne liegen kann tödlich sein.

rin Sara Hiom vom britischen Cancer Research. «Beim Sonnenbaden sollten Cremes mit Schutzfaktor 15+, T-Shirt und Sonnenbrillen zur Grundausstattung zählen, damit Sonnenbrände vermieden werden», so Hiom. (PD)

BUCHTIPP

Sprechstunde

KREUZLINGEN – Dr. Ernst Zehnder ist Facharzt für Allgemeine Medizin und führt eine Hausarztpraxis in Zürich. Bekannt wurde er zwischen 1993 und 1997 durch seine regelmässigen Radiosendungen über hausärztliche Themen auf Schweizer Radio DRS 1 sowie seine medizinischen Beratungssendungen im Schweizer Fernsehen. Seine beiden Bücher dazu waren ein grosser Erfolg und schon bald vergriffen. Nun hat Dr. Zehnder seine Gesundheitsthemen dem medizinisch neuesten Stand angepasst und die Texte überarbeitet. Geblieben ist das, wofür die Leute Dr. Zehnder schätzen: Die Einfachheit, mit der er als erfahrener Hausarzt die Symptome, Ursachen und Behandlungsmöglichkeiten der verschiedenen Krankheiten darzulegen vermag. (PD)



Dr. med.
ERNST ZEHNDER
SPRECHSTUNDE
GESUNDHEIT
mit dem Hausarzt

Wortverlag: «Sprechstunde Gesundheit mit dem Hausarzt» von Dr. med. Ernst Zehnder, 39.90 Franken.

Handystrahlung

LONDON – Britische Experten haben eine Warnung für Eltern veröffentlicht, nachdem neuere Studien nahe legen, dass die Strahlung von Handys doch gesundheitsgefährlich sein kann. Am meisten gefährdet sollen jüngere Kinder sein. Die Studie gibt zu, dass es keine Beweise für die Schädlichkeit der Strahlung gibt, warnt aber gleichzeitig davor, dass die Möglichkeit nicht ausgeschlossen werden kann. Die NRPB-Studie wiederholt Bedenken, die zuerst im Jahr 2000 durch eine einflussreiche Studie geäußert worden waren. Die aktuelle Studie ergänzt diese Erkenntnisse um die in der Zwischenzeit veröffentlichten Forschungsergebnisse. Dazu gehört eine im Dezember 2004 veröffentlichte Untersuchung, die davon ausgeht, dass die Strahlung die DNA schädigen kann. Eine schwedische Studie aus dem April 2004 zeigte einen Zusammenhang zwischen der Handystrahlung und Nerventumoren im Bereich des Gehörs. Eine holländische Untersuchung aus dem Oktober 2003 konzentrierte sich auf Handys und Einschränkungen in der Hirnfunktion. «Wir sagen in unsere Studie nur, dass die Aufmerksamkeit hinsichtlich möglicher Gefahren nicht nachlassen sollte.» William Stewart von der Independent Expert Group on Mobile Phones erklärte, dass Eltern Kindern unter acht Jahren keine Handys geben sollten, da eine besondere Strahlungsempfindlichkeit bestehen könne. Die geringere Grösse ihrer Köpfe ermöglicht, dass ein grosserer Teil des Gehirns mit der Strahlung in Kontakt kommt. Zusätzlich ist das Nervensystem in diesem Alter noch nicht voll entwickelt. (PD)