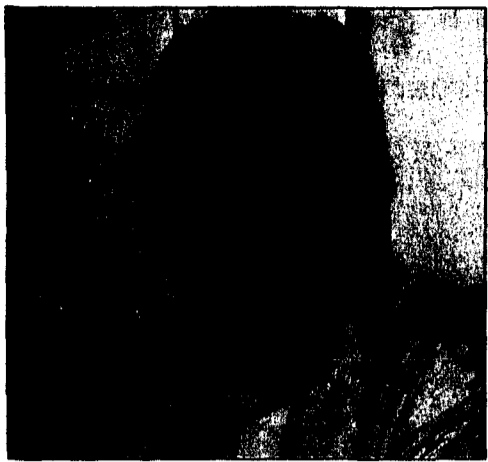


RATGEBER



Silvio Tribelhorn
Homöopath aus Mauren

Trigeminusneuralgie

Der Trigeminus-Nerv ist der wichtigste sensible Gesichtsnerv. Er besteht aus drei Ästen (Tri) und versorgt die Stirn, den Ober- und den Unterkiefer. Trigeminus-Neuralgien stellen eine äusserst unangenehme und heftige Schmerzattacke in einem der drei Äste des Nerven dar. Sie kennzeichnen sich wie folgt aus:

- sie sind meist einseitig
- sie treten als kurze blitzartige Attacke von Sekundendauer auf
- sie werden ausgelöst durch Berührung, Temperatur oder Kauen.

Meistens betrifft dies den zweiten oder dritten Ast (Ober- und Unterkiefer und den Mund). In einigen Fällen kann in der Vorgeschichte eine Windpocken-Infektion oder eine Gürtelrose vorhanden sein.

Verwechslungsgefahr

Davon unbedingt zu trennen sind andere Schmerzen, die nicht diese Symptome zeigen. Leider werden Gesichtsschmerzen häufig fälschlicherweise als Trigeminusneuralgie diagnostiziert und deswegen auch falsch therapiert, oft mit Mitteln mit starken Nebenwirkungen. Andererseits werden viele Patienten über längere Zeit erfolglos gegen Zahnschmerzen behandelt, die in Wirklichkeit an einer Trigeminusneuralgie leiden. Diese lassen sich homöopathisch gut behandeln, vorausgesetzt man achtet auf die Schmerzqualität und die Modalitäten.

Welche Mittel kommen in Frage?

- Ein blitzartiger, krampfender, brennender, klopfender Schmerz überfällt diesen hochrotten, schwitzenden Menschen, der ihn mit einem wärmenden Tuch hegt. Um Mitternacht wird sein Schmerz unerträglich, es sei denn, er nimmt Belladonna, bei Bedarf mehrmals bis zum Abklingen der Schmerzen.
- Plötzlich einschliessende, messerscharf stechende, reissende Schmerzen erleidet ein Mensch, der sich, auf dem Sofa krümmend, mit feucht-warmen Auflagen und mit Colocythis seine eher linksseitigen Nerven beruhigt.
- Ebenso plötzlich einschliessend, doch eher krampfend und häufiger rechtsseitig äussert sich der Schmerz jenes Menschen, der diesem, mit einer warmen Auflage dagegen drückend, versucht zu Leibe zu rücken. Nachmittags um 14 Uhr herum fühlt er sich miserabel. Ihm hilft Magnesium Phosphoricum.

Auch hier kommen noch zahlreiche weitere Mittel in Frage, je nach Modalität und Art der Schmerzen.

www.naturheilpraxis.li

KNEIPPSCHE GEDANKEN

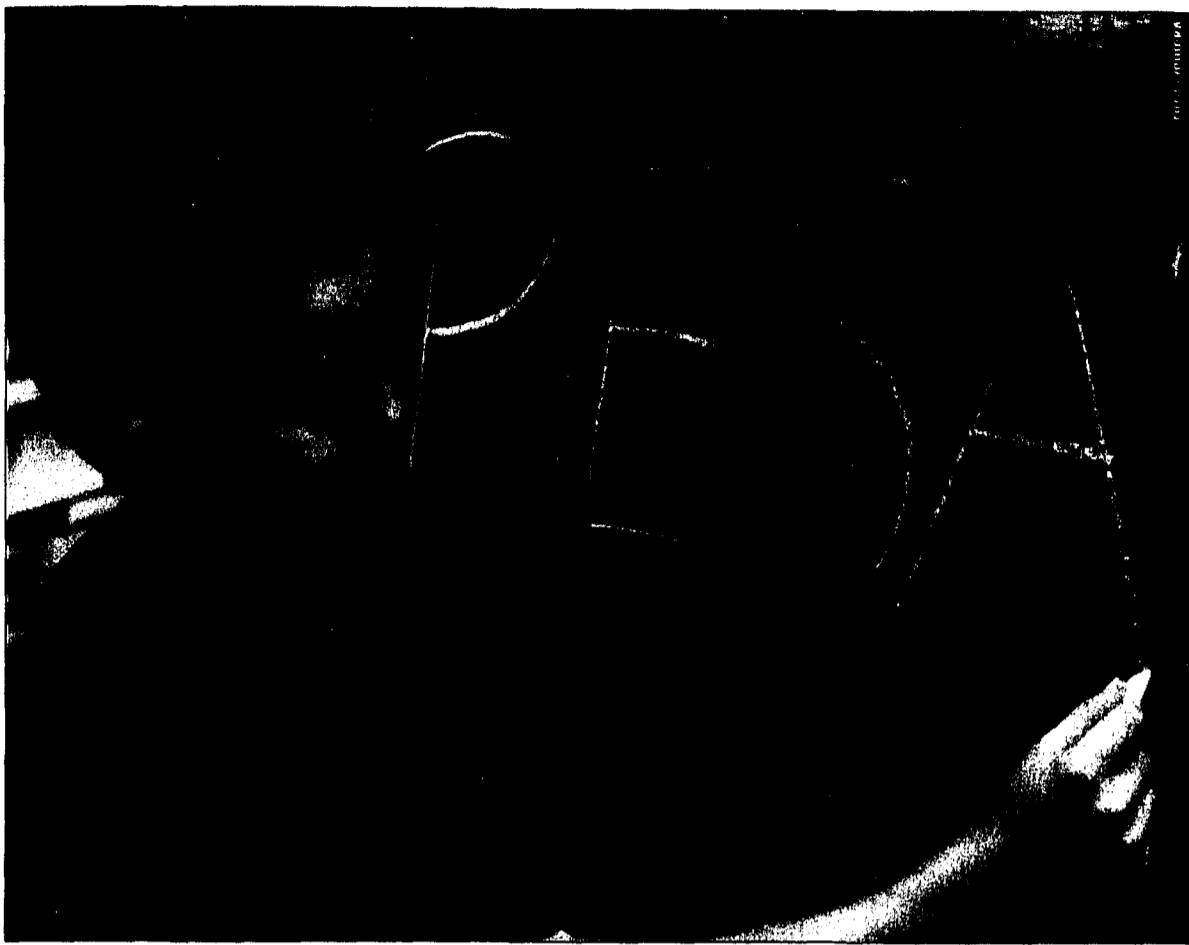
Dankbar für Krankheiten

«Ich bin Seelsorger und habe Gott schon oft gedankt dafür, dass er Krankheiten geschaffen hat, durch welche der Mensch heimgesucht und von Irrwegen abgelenkt wird.»

Sebastian Kneipp, 1821 bis 1897

Männer mit Grips?

Arbeiten Frauen effizienter und sind Männer klüger?



Ist der IQ von Männern wirklich höher als der von Frauen? Das ist nicht sicher – was aber sicher ist, ist, dass der IQ nicht allein der Weisheit letzter Schluss ist!

MANCHESTER – Kontroverseller kann eine Studie gar nicht sein, berichtet die britische Zeitung **The Herald**. Psychologe **Richard Lynn** von der **Ulster University**, der in der Vergangenheit für Schlagzeilen sorgte, will es offensichtlich auch diesmal wieder tun.

Das Ergebnis der Untersuchung: «Männer sind klüger als Frauen.» Die Geschlechterunterschiede machen Männer besser geeignet für Aufgaben von höchster Komplexität als Frauen.

Lynns Untersuchungen, die er gemeinsam mit dem Psychologen **Paul Irwing** von der University of Manchester durchgeführt hat, kommen zu dem Schluss, dass zahlreiche Akademiker jegliche Unterschiede der IQs in Untersuchungen ausgeschlossen haben.

«Und diejenigen, die solche festgestellt haben, sind zum Schluss gekommen, dass sie zu klein wären

um als signifikante Unterschiede genannt zu werden», erklärt Lynn. Irwing gibt sich hinsichtlich der Studie etwas zurückhaltender. Im Gespräch mit der Zeitung **Herald** meinte er, er wünsche sich ein anderes Ergebnis, allerdings sei er mit Lynn gemeinsam zu einem «wissenschaftlichen Ergebnis» gekommen und dieses stehe über der persönlichen Meinung.

Mehr Männer mit höherem IQ

Fünf IQ-Punkte Unterschied können nicht so einfach weggewischt werden, meint Lynn. Nach seiner Ansicht gebe es weit mehr Männer mit einem höheren IQ als Frauen. Das Verhältnis sei etwa so: Auf drei Männer mit einem IQ von über 130 komme eine Frau, auf 5,5 Männer mit einem IQ von 145 und darüber komme eine Frau.

«Diese verschiedenen Prozentsätze von Männern und Frauen mit hohem IQ sind es allerdings Wert, veröffentlicht zu werden», meint

Lynn. Das erkläre auch die grössere Zahl von männlichen Nobelpreisträgern, Schachgrosstmeistern und Mathematikern.

Frauen die besseren Pädagogen

Trotz der «frauenfeindlichen» Forschungsergebnisse kommen die Wissenschaftler zum Schluss, dass der IQ allein nicht der Weisheit letzter Schluss sind.

Frauen haben Männer im Erziehungsbereich erfolgreich abgelöst, mit Ausnahme der Doktorate. Der IQ-Unterschied kann geschlechterspezifische Unterschiede am Arbeitsplatz allerdings nicht hinreichend erklären. Eindeutige Frauenstärke ist aber, so die Forscher, die grössere Arbeitseffizienz. Frauen sind gewissenhafter und schaffen längere durchgehende Perioden harter Arbeit besser als Männer. Dass Frauen und Männer mit einem IQ von 125 in gleicher Menge am Arbeitsprozess teilhaben, scheint damit bewiesen. (PD)

Rotes Fleisch als Krebserreger

Diät-Experten raten zu Fisch, Geflügel und Gemüse

ATLANTA – US-Diät-Experten haben Beweise dafür gefunden, worüber Ganzheitsmediziner und alternative Heiler schon lange sprechen: Der übermässige Genuss von rotem Fleisch fördert die Entstehung von Krebs.

Das Forscherteam um Michael Thun hatte die Probanden in drei Gruppen eingeteilt und danach die Rate an Dickdarm- und Rektalkrebs verglichen. Jene Gruppe, die die grösste Menge an verarbeiteten Fleisch zu sich nahm, entwickelte mehr als doppelt so häufig Kolonkarzinome als jene, die am wenigsten davon assen. Auch jene, die am meisten rotes Fleisch zu sich nahmen, entwickelten ein um 40 Prozent höheres Risiko an Rektalkrebs zu erkranken.

Nach Angaben im Magazin **Journal of the American Medical Association** hatten jene, die die grösste Menge an Fisch oder Geflügel zu sich nahmen, ein um 20 bis

30 Prozent geringeres Risiko, Krankheiten zu entwickeln. Dabei wurden auch Faktoren wie etwa Übergewicht miteinbezogen. Bereits relativ geringe Mengen von Fleisch, die Forscher gehen von einem Konsum von 55 bis 85 Gramm von verarbeitetem rotem Fleisch täglich aus, reichen aus, um in die Hochrisikogruppe zu fallen. Die Menge entspricht etwa einem mittelgrossen Hamburger. Zum «roten Fleisch» zählen die Forscher Rindfleisch, Hamburger, Schweinefleisch und Leber. Unter verarbeitetem Fleisch werden Schinken, Speck und alle Sorten von Würsten gezählt.

Gesunde Alternativen

Unklar sind sich die Forscher aber noch darüber, welche Zutaten des Fleisches zur Krebszunahme führen. In Frage kommen hier Eisen, Toxine, die bei der Zubereitung entstehen oder eventuell Nitrite und Nitrate, die als Konservierungsmittel verwendet werden.

Wenn rotes Fleisch durch Fisch, Geflügel, Nüsse oder Bohnen ersetzt wird, könnte dies zur Verringerung des Krebsrisikos führen, meint der Ernährungsexperte **Walter Willet** von der Harvard School of Public Health in Boston.

Und weisser Zucker?

Kolonkrebis zählt in den USA zur dritthäufigsten tödlichen Krebserkrankung. Die Lebensmittelindustrie hatte sich bisher häufig gewei-gert, solche Studien anzuerkennen. Erst 2003 wurde eine Studie der Princeton University von der Lebensmittelhersteller-Lobby als unwissenschaftlich zurückgewiesen. Damals ging es um die Tatsache, dass Fastfood süchtig macht. Ganzheitsmediziner wie etwa der Wiener **Thomas Kroiss** haben im Zusammenhang mit Ernährungsfehlern auch vor dem grossen Zuckerkonsum als Krankheitsursache gewarnt. Weisser Zucker gilt unter zahlreichen Experten sogar als Suchtmittel. (PT)

POWER-SNACK

Leben mit Kneipp

RUGGELL – Verlängern Sie den Sommer! Gönnen Sie sich eine Zwischenverpflegung, die es in sich hat: die Wärme, die Kraft, der Geschmack der warmen Sonnentage! Essen Sie täglich eine Dattel, zwei Mandeln und eine getrocknete Aprikose zum Znüni oder Zvieri. Die Datteln enthalten Kalium, Magnesium, Eisen und Selen. Die Mandeln liefern das wichtige Vitamin E und in den Aprikosen finden wir ebenfalls Eisen. Das sind alles Stoffe, welche in der täglichen Nahrung oft in zu geringen Mengen vorkommen, besonders wenn die Sommerzeit mit ihren Frischprodukten vorbei ist. Volle Kraft voraus! Gestärkt in den Herbst!

Werden Sie Mitglied des Kneipp-Vereins Liechtenstein (Jahresbeitrag 50 Franken für die ganze Familie inkl. Monatszeitschrift «Natürlich leben! Kneipp»). Auskunft beim Kneipp-Sekretariat Gloria Morone, Telefon 373 74 72, Fax 373 74 59 oder: kneipp-fl@powersurf.li.

ANZEIGE

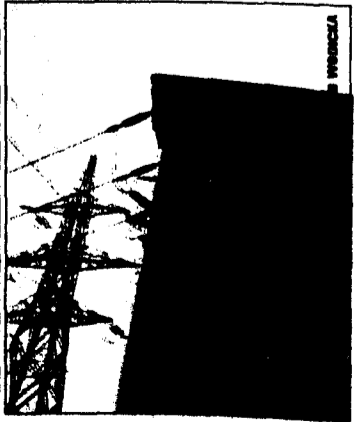
Kneipp-Verein Liechtenstein

ELEKTROSMOG

Schlafstörungen

SCHAAN – Elektromagnetische Strahlung – oft als «Elektrosmog» bezeichnet – kann bei empfindlichen Personen den Schlaf beeinträchtigen. Zu diesem Schluss kommt eine kanadische Untersuchung an je ungefähr zweihundert Frauen, die in der Nähe einer 735-Kilovolt-Hochspannungsleitung oder weitab von jeder solchen Störquelle wohnen. In den Wohnungen der Frauen wurden die elektromagnetischen Feldstärken gemessen, und in ihrem morgendlichen Urin ein Abbau-produkt des Schlafhormons Melatonin. Ein Abfall in dessen Konzentration deutet auf einen gestörten Schlaf hin.

Im statistischen Durchschnitt zeigt sich kein Unterschied zwischen den Frauen, die nahe oder entfernt von Hochspannungsleitungen wohnen. Das scheint all jene Studien zu bestätigen, die keine nachteiligen Wirkungen von elektromagnetischen Feldern festgestellt haben wollen. Jedoch zeigt dann eine genauere Analyse, dass ältere und übergewichtige Frauen sehr wohl auf die Störquelle reagieren: Bei ihnen sind die Melatoninwerte im Strahlenfeld deutlich geringer als ausserhalb. Elektromagnetische Strahlung kann also offenbar eine schon vorhandene Tendenz zu Schlafstörungen verstärken. (PD)



Besonders ältere und übergewichtige Personen reagieren auf Elektrosmog.