Zeitschrift: Schauplatz Spitex : Zeitschrift der kantonalen Spitex Verbände Zürich, Aargau, Glarus, Graubünden, Luzern, Schaffhausen, St. Gallen, Thurgau

Herausgeber: Spitex Verband Kanton Zürich

Band: - (2013)

Heft: 6: Spitex ist Kommunikation

Rubrik: Brennpunkt

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 12.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Ganz normal anders sein

pd // Ob es uns gefällt oder nicht: In jedem Leben schlummert das Risiko, von einer psychischen Krankheit betroffen zu werden. Was sind Auslöser, was typische Symptome, die uns hellhörig machen sollten? In Zusammenarbeit mit Pro Mente Sana hat der Beobachter-Verlag zu solchen Fragen einen gut verständlichen Ratgeber herausgegeben – mit Krankheitsbildern, Behandlungsmöglichkeiten und Hilfsangeboten. Der Ratgeber «Ganz normal anders» kann bei Pro Mente Sana bestellt werden (Fr. 38.–). Kostenlos ist dort auch eine Kurzversion im Pocket-Format erhältlich.

↗ www.promentesana.ch

Bild: Keystone/Caro/Korth

Karrieren für Mütter ermöglichen

red // Die familienergänzende Kinderbetreuung trägt zur Gleichstellung der Geschlechter auf dem Arbeitsmarkt bei. Zu diesem Schluss gelangt eine Studie des Nationalen Forschungsprogramms «Gleichstellung der Geschlechter» (NFP 60). Hervorgehoben wird, dass die Betreuung in der Westschweiz besser ausgebaut ist als in der Deutschschweiz. Generell liege die Schweiz aber im internationalen Vergleich zurück, heisst es. Zwar sind bei uns 77% der Mütter mit Kindern bis zu 15 Jahren erwerbstätig, doch die meisten in sehr niedrigen Teilzeitpensen. Dank familienergänzender Kinderbetreuung erhalten Frauen und Männer die Möglichkeit, ihre Pensen anzugleichen.

Die letzten Dinge regeln

pd // Unter dem Titel «Im Alter das Richtige tun» bietet Caritas neu eine umfassende Vorsorge-Mappe an. Sie enthält die Patientenverfügung, den Vorsorgeauftrag, ein Dokument, das die letzten Dinge regelt, und einen Testamentsratgeber. Die Mappe kostet Fr. 28.–, alle Dokumente sind aber auch einzeln erhältlich.

↗ www.caritas.ch

Bild: photocase.com/ Francesca Schellhaas

Spitzwegerich: Arzneipflanze des Jahres 2014

red // Er hilft bei Atemwegserkrankungen, bei der Wundversorgung und bei Insektenstichen – der Spitzwegerich (Plantago lanceolata). Nun wurde er zur Arzneipflanze 2014 gekürt. Verantwortlich dafür ist die Universität Würzburg, die seit dem Jahr 1999 regelmässig die Arzneipflanze des Jahres wählt.

Spitzwegerich mildert den Hustenreiz, weil seine Blätter Stoffe enthalten, die einen schützenden Film über die Schleimhaut in Mund und Rachen legen. Weitere Bestandteile wirken antibakteriell und blutstillend. Studien liegen dazu liegen keine vor. Deshalb sei der Titel auch «eine Aufforderung zur Forschung», erklären die Pflanzen-Fachleute der Universität Würzburg.

Spitzwegerich wird schon seit Jahrhunderten in der Heilkunde genutzt. Die Pflanze hat ihren Namen von den langen, spitz zulaufenden Blättern. Sie wächst vor allem an Wegrändern und auf trockenen Wiesen. Alten Rezepten zufolge soll man die Blätter kurz kauen und dann z.B. auf einen Insektenstich legen. Bei Husten ist ein Tee aufzugießen – möglichst aber nicht nur aus Spitzwegerich: «Das schmeckt etwas bitter.»

Endlich bewiesen: Folgenreiche Verliebtheit

red // Schwer verliebte Menschen können sich nur schwer konzentrieren. Was wir immer schon vermuteten, konnte nun erstmals wissenschaftlich (!) erhärtet werden, wie wir der November-Ausgabe der Zeitschrift «Motion and Emotion» entnehmen können.

In den Niederlanden testete ein Forschungsteam intensiv eine Gruppe von verliebten Studentinnen und Studenten auf ihre Konzentrationsfähigkeit. Und man fand prompt heraus: Je leidenschaftlicher jemand verliebt ist, desto leichter lässt er sich ablenken. Aber nur beim Studium und bei der Arbeit, versteht sich.

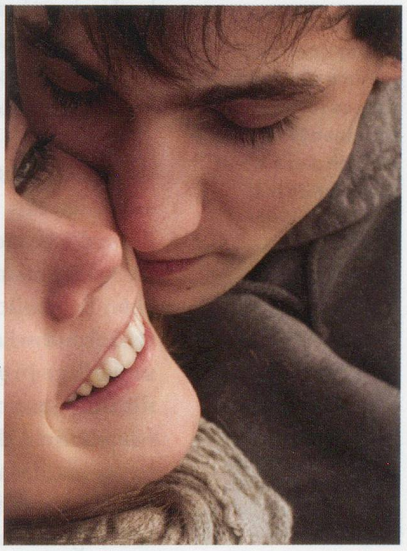

Bild: photocase.com/emoji