

Zeitschrift: Gesundheitsnachrichten / A. Vogel
Band: 49 (1992)
Heft: 6: Der Sommer fordert die Allergiker heraus

Rubrik: Der Natur auf der Spur

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. 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. [Siehe Rechtliche Hinweise.](#)

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. [Voir Informations légales.](#)

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. [See Legal notice.](#)

Download PDF: 19.10.2024

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

Praktikum in einem Bio-Betrieb

Zum zweiten Mal gibt die Schweizerische Gesellschaft für biologischen Landbau in Zusammenarbeit mit allen anderen Organisationen des biologischen Landbaus ein Praktikanten- und Lehrstellenverzeichnis aller Bio-Betriebe der Schweiz heraus. Wer in einem anerkannten Bio-Betrieb eine Ausbildung machen oder bei einem Ernteeinsatz Einblick in die Arbeitsweise eines Bio-Betriebs erhalten möchte, erfährt aus diesem Verzeichnis alles Wesentliche: Betriebsart, ob Lehrstelle, Praktikum oder Kurzeinsatz, Art der Arbeit, Sprachkenntnisse der BetriebsleiterInnen und natürlich die Adressen.

Diese Liste wird jährlich aktualisiert und ist erhältlich beim SGBL-Sekretariat, 6981 Bedigliora. Mit der Bestellung bitte einen adressierten Briefumschlag und Briefmarken im Wert von Fr. 2.- beilegen.

Ein Schnittmuster-Roller gegen Schmerzen

Ein von Rückenschmerzen Geplagter rollte in seiner Verzweiflung mit dem Schnittmuster-Roller seiner Frau über den Nacken – und spürte rasch Erleichterung. Die Idee des Dermapunktur-Rollers war geboren.

An einer kürzlich durchgeführten Medienorientierung wurde diese Schmerztherapie mit entsprechendem Gerät vorgestellt. «Einige Minuten täglich», so der Olympionike und Arzt Dr. Thomas Wessinghage an dieser Veranstaltung, «genügen, um auch chronische Schmerzen abklingen zu lassen. Von über 3000 befragten Schmerzgeplagten mit Migräne, Spannungskopfschmerzen, Arthrose, arteriellen Durchblutungsstörungen und Rheuma spürten neun von zehn Personen nach der (Selbst-)Behandlung Erleichterung oder gar keine Schmerzen mehr!» Das Geheimnis heisst Dermapunktur – 560 bis 1360 feine Silbernadeln auf kleinen Rädchen, die über den schmerzenden Stellen sanft hin-

und hergerollt werden. Die so geförderte bessere Durchblutung macht es möglich, Schmerzen «ganz einfach wegzurollen». Der sanfte, schmerzlose Reiz der Dermapunktur hilft dem Gehirn, durch neue, andere «Meldungen» den «alten» Schmerz zu vergessen. Und schon kann der Körper die nötigen Schritte zur Selbstheilung unternehmen, die vorher blockiert waren.

Dr. Michael Ribbat vom Schmerzzentrum des Deutschen Roten Kreuzes in Mainz erläuterte schier unglaubliche Fälle, wo die Dermapunktur lindern half. «Schmerzen sind eine natürliche Schutzfunktion des Körpers. Sie melden, dass etwas nicht in Ordnung ist, zum Beispiel bei Stichen, Verbrennungen, aber auch bei inneren Erkrankungen. Wir sollten sie deshalb nicht auf die leichte Schulter nehmen. Klingen sie trotz Dermapunktur-Behandlung nicht ab, sollte der Arzt (erneut) konsultiert werden.»

Das Dermapunkturgerät ist in der Schweiz in zwei Ausführungen in Apotheken, Drogerien und Sanitäts-Fachgeschäften erhältlich.



Migräne und ähnliche Spannungskopfschmerzen lassen sich mit dem Dermapunktur-Roller lindern oder beseitigen.



Das stattliche Geburtshaus in Mötschwil

Die Geburt einer Idee

Viele Frauen, Gebärende wie Hebammen, empfinden die Spitalgeburt zunehmend als routinemässig abgewickelten, von spezialisierter Medizinaltechnik unterstützten Vorgang. Ein Vorgang, der den Bedürfnissen vieler Frauen nach einer ganzheitlichen, bewussten Geburt nicht gerecht zu werden vermag. Diese Tatsache erklärt die ständig steigende Zahl von Hausgeburten. Oft sind die räumlichen Voraussetzungen für eine Hausgeburt aber nicht gegeben: es fehlt an Platz oder an der nötigen Ruhe. Aus diesen Gründen beschlossen einige Frauen aus der Geburtshilfe, ein «anderes» Geburtshaus zu gründen.

Das Geburtshaus im bernischen Mötschwil umfasst ein Geburtszimmer, drei Wöchnerinnenzimmer für je zwei Frauen, einen Gemeinschaftsraum, einen Essraum und Nebenräume. Die Laube und der Garten bieten im Sommer zusätzlichen «Freiraum». Obschon medizinisch-technische Hilfsmittel bereitstehen, vermag sich im Geburtshaus dennoch keine Spitalatmosphäre breitzumachen: Die liebevoll eingerichteten Geburts- und Wöchnerinnenzimmer strahlen vielmehr die Ruhe und Behaglichkeit von Wohnstuben aus.

Die Hebammen verstehen Schwangerschaft, Geburt und Wochenbett als Einheit. Auf diese Ganzheitlichkeit ist das Angebot des Geburtshauses ausgerichtet.

Die Schwangerschaftsberatung und -betreuung bietet den Frauen deshalb nicht nur Informationen über Schwangerschaft, Ernährung und das Geburtsgeschehen, sondern soll das Vertrauen der Schwangeren in die natürlichen Vorgänge im Körper und in die eigenen Fähigkeiten fördern.



BUCHTIP

Gut zu Fuss ein Leben lang

Gesunde Füße sind die Basis für ein aktives Leben. Die Füße tragen unser Körpergewicht, sind Fortbewegungsmittel, werden Opfer der Schuhmode und, zumal bei sportlichen Strapazen, oft sogar verletzt. Was aber tun, wenn die Füße krank sind?

In diesem Ratgeber wird gezeigt, wie man Füße und Beine pflegt, Störungen vorbeugt sowie Krankheiten erkennt und behandelt.

Das Buch setzt auch Schwerpunkte bei der Fuss- und Beinpflege im Breiten- und Leistungssport, ausserdem bei bestimmten Leiden, die die unteren Gliedmassen beeinträchtigen können: Arthritis, Gicht, Diabetes, Arteriosklerose, Schuppenflechte und andere Hauterkrankungen.

«Gut zu Fuss ein Leben lang» von Gary Null und Dr. Howard Robins, BLV Verlagsgesellschaft Zürich, 1992, ISBN 3-405-14286-5.