

Editorial

Autor(en): **Rawer, Claudia**

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **62 (2005)**

Heft 3: **Auf dem Weg zur Gesundheit**

PDF erstellt am: **30.06.2024**

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern. Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Liebe Leserinnen, liebe Leser

Die Tage werden länger – und die Menschen müde. Gähnend erwacht der Körper aus dem Winterschlaf. Der Kampf der Hormone, die vermehrte Zellteilung und der niedrige Blutdruck fordern ihren Tribut – die Frühjahrsmüdigkeit ist ausgebrochen. Es gibt allerdings auch eine entgegengesetzt verlaufende Unpässlichkeit, die zu dieser Jahreszeit gehäuft auftritt: das in medizinischen Lehrbüchern noch nicht beschriebene «Frühmärzsyndrom».

Die Symptome sind ziemlich bedenklich. Unruhe, Rastlosigkeit, ungestümer Tatendrang – und vor allem dieses Kribbeln, Kitzeln und Pieken, das an den unterschiedlichsten Stellen auftreten kann. Bei Robert hat das kribblige Gefühl die Beine befallen, und die Spaziergänge an den ersten sonnigen Märztagen werden länger und länger. Bei Barbara sind besonders die Finger betroffen. Ungeduldig wartet sie darauf, mit ihren begierigen Gärtnerhänden in der Erde zu wühlen, zu säen und zu pflanzen. Den etwas pyromanisch veranlagten Johannes plagt der Drang zum Feuermachen: bereits jetzt denkt er an Holzfeuerchen und die kommende Grillsaison. Und ich kenne auch einen, der spürt das Jucken und Kribbeln vor allem im Magen, weil er an frische Kräuter, den ersten jungen Spinat und sogar schon an Spargel denkt.

In der Folge treten teilweise unwillkürliche Zuckungen um den Mundwinkel sowie auffällig glänzende Augen auf (letzteres vor allem beim männlichen Geschlecht – beim Erspähen wohlge-

formter Damen ohne Wintermantel). Ein ernstzunehmender Zustand also, der nur durch eine Frühjahrskur geheilt werden kann. Saatengrün, Veilchenduft, Lerchenwirbel, Amselschlag, Sonnenregen, linde Luft (Ludwig Uhland) sollten allen Betroffenen helfen – und das muntere Ausleben der langersehnten Tätigkeiten in Natur, Garten und Küche.

Von Frühjahrsmüdigkeit also keine Spur; Aktivität liegt in der Luft – auch im Hause A.Vogel. Gemeinsam mit den ersten Veilchen blüht auch ein neues Forum für alte und neue Freunde von A.Vogel auf: der AktivClub, den wir Ihnen auf Seite 37 vorstellen. Neben den «Gesundheits-Nachrichten» bietet er spannende Tageskurse, informative Seminare und viele neue, interessante Aktivitäten. Lassen Sie sich doch mal überraschen!

Bleiben Sie gesund!
Herzlichst Ihre

Claudia Rawer

