

Editorial

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

Objektyp: **Preface**

Zeitschrift: **Gesundheitsnachrichten / A. Vogel**

Band (Jahr): **71 (2014)**

Heft 6: **Zitrone hilft bei Übelkeit?**

PDF erstellt am: **16.07.2024**

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.

Lieber Ingwer als Gesang

Liebe Leserinnen und Leser

In diesem Heft geht es unter anderem um Übelkeit und deren erfolgreiche Bekämpfung mit pflanzlichen Mitteln. Übelkeit ist ein Thema, das – nun ja, sollen wir sagen, es geht mir sehr nahe?

Mein ganzes Leben lang habe ich unter Reiseübelkeit gelitten. Ob Auto, Bus, Schiff oder Flugzeug – Frau Rawer steigt ein, absolviert die ersten Kilometer, verstummt abrupt und ist den Rest der Reise nicht mehr ansprechbar. Ich wünschte mir wirklich, ich hätte die Wirkung von Ingwer, Zitrone und Co. schon ein paar Jahrzehnte früher gekannt.

Als Kind verabreichte mir mein Medizinervater vor jeder längeren Autofahrt, was er unfein als «Anti-Kotz-Tabletten» bezeichnete. Das einzige Medikament, das half, hatte den Nachteil, dass es schrecklich müde machte. Als ich älter wurde, fiel die Wahl zwischen ohnmachtsähnlichem Dahindämmern und alle drei Kilometer Stopp am Strassenrand nicht immer leicht. Besonders die ersten Ferien als junge Erwachsene mit Freunden und Auto wollte ich eigentlich im Wachzustand und nicht in einem komaähnlichen Halbschlaf verbringen.

Leider hatten wir uns für mein Problem genau den richtigen Ferienort ausgesucht: Ob wir zum Meer wollten, in den Naturpark auf dem wunderschönen Kap, in die nahegelegenen Pyrenäen, zum Domizil des von uns verehrten Malers Salvador Dali – jede Fahrt führte über ein sich dahinschlängelndes, ausgesprochen kurvig, sehr schmales Bergsträsschen, auf dem es Pflicht war, vor jeder Biegung zu hupen, weil man nicht sehen konnte, was einem entgegen kam. Ideale Bedingungen für ... na ja, Sie wissen schon.

Da verfiel mein Freund auf einen genialen Gedanken: Lautes Singen sollte gegen Übelkeit helfen – und das tut es auch tatsächlich! Das Problem war nur, dass ich sängerisch extrem unbegabt bin und ausschliesslich schräge Töne hervorbringe. Beim Auto handelte es sich um einen uralten VW-Käfer, dessen Hupe auch schon etwas verrostet klang. Nun stellen Sie sich die Kakophonie vor, mit der wir täglich über jenes Strässchen kurvten! Meinem Freund bin ich heute noch dankbar für die gute Laune, mit der er diese misstönenden Fahrten ertrug. Und lobe mir ein paar stille Tropfen Pfefferminzöl.

**Bleiben Sie gesund!
Herzlichst Ihre**

Claudia Rawer



Claudia Rawer
c.rawer@verlag-avogel.ch

Gesundheits-Nachrichten
Postfach 63
CH-9053 Teufen
E-Mail:
info@verlag-avogel.ch
Internet:
www.gesundheits-
nachrichten.ch