

# Medizin

Objektyp: **Group**

Zeitschrift: **Zeitlupe : für Menschen mit Lebenserfahrung**

Band (Jahr): **74 (1996)**

Heft 1-2

PDF erstellt am: **01.09.2024**

## **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.



# Medizin

## Kalkmangel

*Mit unseren 74 und 75 Jahren achten wir natürlich auf eine gesunde Ernährung und informieren uns auch dementsprechend. Immer wieder hören wir besonders von Frauen, die im Alter den Schenkelhals gebrochen haben als Folge von Kalkmangel in den Knochen. Nun weiss ich aber, dass man nicht einfach Kalk kaufen und davon genügend essen kann. Kalk – so glaube ich – muss in besonderer Form eingenommen werden. In unserem Wohnort haben wir sehr kalkhaltiges Wasser. Würde es helfen, zum Beispiel jeden Morgen ein Glas Wasser frisch ab der Röhre, also ungekocht, zu trinken?*

Der Schenkelhalsbruch ist eine der häufigsten Sturzfolgen im Alter. Tatsächlich sind davon vorwiegend Frauen betroffen, wobei der natürliche Rückgang des weiblichen Sexualhormons Östrogen eine wesentliche Rolle zu spielen scheint. Je nach Situation werden daher auch Östrogene zum Aufbau des geschwächten Knochens eingesetzt. Die zusätzliche Einnahme von Kalk (oder Kalzium)

ist in den meisten Fällen von Knochenschwäche (Osteoporose) ebenso sinnvoll wie die vernünftige Bewegung an der frischen Luft (Sonnenlicht) und der Verzicht auf Rauchen und übermässigen Alkoholgenuß.

Ein Teil unseres täglichen Kalkbedarfs wird ohnehin mit dem Trinkwasser abgedeckt. Wesentlich mehr tragen aber Milch und Milchprodukte dazu bei. Neben Frischmilch (mindestens 5 dl täglich) sollten daher regelmässig auch Käse, Quark und Joghurt gegessen werden. Wenn diese Massnahmen nicht genügen, muss eine zusätzliche Kalkzufuhr in Form von Kalziumtabletten erwogen werden. Die Einnahme solcher Präparate sollte aber mit Wissen des Arztes erfolgen, da zuviel Kalzium auch negative Folgen haben kann.

## Zuviel Medikamente?

*Vor einem Jahr hatte ich (78) ein Streifschlägli. Seither habe ich Durchblutungsstörungen, die sich recht unangenehm auswirken. Ich nehme homöopathische Tabletten ein, habe diese schon zweimal gewechselt. Nun frage ich mich, ob diese Medikamente, die mich im Jahr über 1000 Franken kosten, überhaupt noch helfen. In den letzten Wochen blieb nämlich der Erfolg aus. Soll ich mit der Einnahme der Tabletten aufhören oder diese allenfalls reduzieren? Ich habe schon gehört, dass es sehr schwer ist, die richtigen Medikamente für eine Streifung und deren Folgen zu finden.*

Ihre Feststellung, wonach es schwierig ist, die Folgen von Streifungen zu behandeln, ist leider nur allzu wahr. Trotzdem versuchen immer wieder verschiedene Medikamentenhersteller, Patienten und Ärzte vom Gegenteil zu überzeugen. Wir wissen heute ein-

zig, dass die Einnahme von blutverdünnenden Mitteln (z.B. Aspirin, Alcacyl) die Häufigkeit von neuen Streifungen vermindern kann. Ich wage aber keinesfalls, ihnen von den bisherigen Medikamenten abzuraten, da ich die Überlegungen Ihres Arztes nicht kenne. Möglicherweise werden diese eingesetzt, um die Risiken eines erneuten Streifschlächlis herabzusetzen.

Für mich wäre es wichtig zu wissen, wie sich die beschriebenen Durchblutungsstörungen bei Ihnen bemerkbar machen. Spüren Sie zum Beispiel Schwindel oder ein Kältegefühl auf der gelähmten Seite? Wie steht es mit Ihrem Blutdruck, und ist Ihr Blutzucker in Ordnung? Gerade diese beiden Punkte verdienen im Zusammenhang mit einer Streifung besondere Beachtung.

Dr. med. Peter Kohler

*Fr. 200.–. Die Mutter der Brillenträgerin hat uns nun die Rechnung mit der Bitte geschickt, den Schaden unserer Haftpflichtversicherung anzumelden. Unsere Versicherung hat bei jedem Schadenfall einen Selbstbehalt von Fr. 200.–! Muss meine Tochter für diesen Schaden aufkommen?*

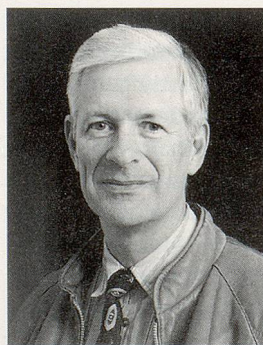
Ich habe bei der Lektüre Ihres Briefes schmunzeln müssen: So wie die Mutter der Ferienkollegin Ihrer Tochter es versuchte, werden doch hierzulande noch viele andere vermeintliche Haftpflichtfälle geregelt. Man erkundigt sich, ob der andere eine Privathaftpflichtpolice habe und – schwupps – ist die Angelegenheit zu beider Zufriedenheit geregelt. Die Versicherung zahlt ja ... Pech für die Frau in der von Ihnen geschilderten Begebenheit, dass Sie eine Police mit generellem Selbstbehalt haben.

Wenn ich Sie richtig verstehe, hat besagte Kollegin nachts beim Spielen ihre Brille auf den Boden gelegt. Bei solcher Nachlässigkeit ist die Gefahr aber gross, dass irgendein ahnungsloser Mitspieler drauftritt. Mit anderen Worten: Man geht freiwillig ein Risiko ein, das Selbstverschulden ist entsprechend gross. In solchen Fällen zahlt die Versicherung nichts oder allenfalls einen Gefälligkeitsbeitrag. Dasselbe gilt übrigens auch für jenen weit häufigeren Fall, wo der Gastgeber sich auf die Brille setzt, die sein Gast zuvor auf dem Sofa deponiert hat.

Für Sie persönlich besteht also keinerlei Verpflichtung, einen Schadenersatz zu leisten. Vielleicht können Sie sich gleichwohl mit den Leuten gütig einigen. Denkbar wäre zum Beispiel eine geringe Kostenbeteiligung.

Dr. Hansruedi Berger

# Versicherungen



Dr. Hansruedi Berger

## Die Versicherung zahlt ja ...

*Unsere Tochter war als Pfadileiterin in einem Lager. Dabei trat sie in einem nur mit Kerzenlicht beleuchteten Raum auf eine Brille, die ein Mädchen beim Spiel auf den Boden gelegt hatte. Der Schaden beträgt etwa*

**WIEDER AKTIV**

**Wenn gehen schwerfällt**  
Allwetter-Elektro-Mobile  
führerscheinfrei

Mit 2 El.-Motoren ab Fr. 14 500.–

Vertrieb und Service in der Schweiz  
**Werner Hueske**  
Handelsagentur  
Seestrasse 22, 8597 Landschlacht  
Telefon 077 - 96 05 28

gross Mit und ohne Verdeck  Klein  
 Occasionen sind auch lieferbar  
Bitte ankreuzen und Prospekt anfordern.